।। শ্রী শ্রী গুরু গৌরাঙ্গ জয়ত ।।

শ্রীমাধব-তিথি

[শ্রীএকাদশীর শাস্ত্রীয় এবং বৈজ্ঞানিক মাহাত্ম্য]

হরিকথা তথা প্রেরণা স্রোত

নিত্যলীলা প্রবিষ্ট ওঁ বিষ্ণুপাদ পরমহংস স্বামী
শ্রী শ্রীমদ্ভক্তিপ্রজ্ঞান কেশব গোস্বামী মহারাজজীর অনুগৃহীত

ত্রিদণ্ডিস্বামী শ্রী শ্রীমদ্ভক্তিবেদান্ত নারায়ণ গোস্বামী মহারাজ

শ্রীভক্তি প্রজ্ঞান গৌড়ীয় বেদান্ত বিদ্যাপীঠ প্রকাশন
হেসরকট্টা, ব্যাঙ্গালোর—৫৬০০৮৮

প্রকাশকঃ ত্রিদন্ডিস্বামী ভক্তিবেদান্ত দন্ডী মহারাজ
দ্বিতীয় সংস্করণঃ গৌর পুর্ণিমা (মার্চ ২১, ২০১৯)**

প্রাপ্তিস্থান

(১) শ্রীগৌরনারায়ণ সুরভি গোশালা চেরিটেবল ট্রস্ট**, গাড়েবাড়ী, পোষ্টঃ বোরীবেল, তহশীলঃ দোন্ড, জেলাঃ পুণে, মহারাষ্ট্র, দূরভাষঃ ৯৮৫০৫১৯৯০৮, ৯৭৬৬৩৩০২০৩, ৯০২১৬২৫২২৮, E-mail: ekadasifoundation@gmail.com

(২) শ্রী রঙ্গনাথ গৌড়ীয় মঠ, হেসরকট্টা, ব্যাঙ্গালোর, কর্ণাটক, পিনঃ ৫৬০০৮৮, দূরভাষঃ ৯৩৭৯৪৪৭৮৯৫, ৮০৯৫২৪০৩৮৭, E-mail: bvdandi@gmail.com

(৩) শ্রী অমল কৃষ্ণ দাস (শ্রী অশোক বিলাস গায়কোয়াড়), দ্বারা গায়কোয়াড় মন্ডপ কন্টাক্টর, মোহন নগর চিলবড়, পুণে, মহারাষ্ট্র, পিনঃ ৪১১০১৯, দূরভাষঃ ৮৮৫৬৮৭০৪৪০

(৪) শ্রী অমল কৃষ্ণ দাস (শ্রী অমল বনকর), ১০৫ নিউ কস্তূরী অর্পাটমেন্ট, পাঞ্চাল নগর, নিল্লীমোরে নালাসোপারা (পশ্চিম) তহসীল বসই জেলা পালঘর, মহারাষ্ট্র, পিনঃ ৪০১২০৩, দূরভাষঃ ৮৬০৫৬৩৫৫৬৬, E-mail: bankaramol12012@gail.com

(৫) শ্রী অমল কৃষ্ণ দাস (শ্রী অমরনাথ সিং), ফ্ল্যাট নং ১০১, লক্ষ্মী এনক্লেব বিল্ডিং শাহজী রাজে রোড বিলেপালে মুম্বই, মহারাষ্ট্র, পিনঃ ৪০০০৫৭, দূরভাষঃ ৯৯৬৭৫১৪২৫৭

(৬) শ্রী বালাজী গৌড়ীয় মঠ, শ্রী গজানন শ্রী শ্রী রাধা মদনমোহন মন্দির ৩-১৪৩, শাসকীয় পাঠ শালার নিকট, সত্যনারায়ণ পুরম সার্কেল, তিরুপতি, অন্ধ্রপ্রদেশ, পিনঃ ৫১৭৫০১, দূরভাষঃ ৮০১৯৪৩৬৬৮, E-mail: selams9@yahoo.com

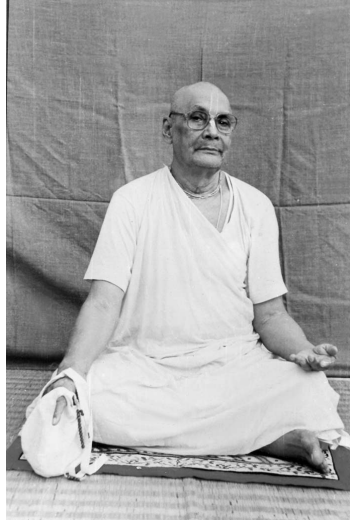
(৭) শ্রী গৌর নারায়ণ গৌড়ীয় মঠ, আর.এইচ.কলোনী-৩, তহশীল সিন্ধনুর জেলাঃ রায়চুর, কর্ণাটক, পিনঃ ৫৮৪১৪৩, দূরভাষঃ ৬৩৬৪২৭২০২৩

Websites: (1) www.purebhakti.com (2) www.purebhakti.tv (3) www.bhaktiprojects.org/project/sri-ranganatha-gaudiya-matha-gurukula/ (4) https://madhavatithi.blogspot.com/

প্রথম পৃষ্ঠায় বিরাজিত শ্রী পঞ্চতত্ত্বের চিত্র শ্রীমতী বকুলা দাসী প্রস্তুত করেছেন। এই গ্রন্থের প্রকাশনের জন্য শ্রীপাদ ভক্তিবেদান্ত বিষ্ণুদৈবত স্বামী, শ্রীমতী শ্যামরানী দাসী, শ্রীমান জমদগ্নী দাস, শ্রীমান গঙ্গোত্রী দাস, শ্রীমতী শুক্লা দাসী, ড়ঙ্ঘ্লচন্ধঞ্চপ্তধ ধঞ্চড়, উযৈ ধঞ্চড় এদের সেবা সহায়তা করেছেন। যেসব শিল্পীর শিল্প কীর্তি ফটোগ্রাফ ইত্যাদি এই পুস্তকে প্রকাশিত হয়েছে আমরা তাদের কাছে কৃতজ্ঞ। যে সব ভক্ত এ পুস্তক প্রকাশের জন্য আর্থিক সাহায্য করেছেন তাদের আন্তরিক ধন্যবাদ।

বিষয়সূচী

বিশ্ব প্রসিদ্ধ জগৎ গুরু যুগাচার্য নিত্যলীলা প্রবিষ্ট ওঁ বিষ্ণুপাদ অষ্টোত্তরশত শ্রী শ্রীমদ্ ভক্তি বেদান্ত নারায়ণ গোস্বামী মহারাজ।

আপনি একজন রসিক আচার্য। আপনি পুলিশ বিভাগের ভালো চাকরী ত্যাগ কমর **সম্পূর্ণ বৈরাগ্যের সহিত যুবক অবস্থাতেই ভগবদ্ ভজন শুরু করেছেন। আপনি ভগবান শ্রী কৃষ্ণের নিত্য দাস। আপনি এই জগতে শুদ্ধ ভক্তি প্রচার করার জন্যই অবতরিত হয়েছেন। আপনি সারা বিশ্বে চল্লিশবার প্রদক্ষিণ করে সময় পৃথিবীর কোণায় কোণায় শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভুর বাণী প্রচার করেছেন। আপনি গোস্বামীবর্গ ও প্রাচীন আচার্য এর অমূল্য গ্রন্থের হিন্দি ভাষায় প্রকাশ করে সব ভক্তের উপর পরম উপকার করেছেন। আপনার সব গ্রন্থের অনুবাদ এখন ইংরেজী, রুসী, জার্মান, চাইনিজ, কন্নড়, তেলেগু, তামিল, মারাঠী, বাংলা ইত্যাদি দেশ বিদেশের ভাষাতে প্রকাশিত হচ্ছে। আপনি বিশ্ব প্রসিদ্ধ জগদ্গুরু নিত্যলীলা প্রবিষ্ট ওঁ বিষ্ণুপাদ অষ্টোত্তরশত শ্রী শ্রীমদ ভক্তি বেদান্ত স্বামী মহারাজের সন্ ১৯৪৭ ইং হইতে প্রচুর সেবা করেছেন। উনি আপনাকে বিদেশ থেকে ৩০০ রতে বেশি চিঠি লিখেছেন ও আপনার সেবা বৃত্তির অনেক প্রশংসা করেছেন। আপনিই আপনার হস্তকমল দ্বারা ওনার সমাধি প্রদান করেছেন।

বিশ্ব প্রসিদ্ধ জগৎ গুরু যুগাচার্য নিত্যলীলা প্রবিষ্ট ওঁ বিষ্ণুপাদ অষ্টোত্তরশত শ্রী শ্রীমদ ভক্তি বেদান্ত বামন গোস্বামী মহারাজ।

আপনি পরম আরাধ্যতম জগতগুরু ওঁ বিষ্ণুপাদ অষ্টোত্তরশত শ্রী শ্রীল ভক্তি সিদ্ধান্ত সরস্বতী প্রভুপাদের থেকে হরিনাম ও পরম গুরুদেব পরমারাধ্যাতম জগদ্গুরু ওঁ বিষ্ণুপাদ অষ্টোত্তরশত শ্রী শ্রীল ভক্তি প্রজ্ঞান কেশব গোস্বামী মহারাজজীর থেকে ব্রাক্ষ্মণ দীক্ষা ও সন্ন্যাস প্রাপ্ত করেছেন। সন্ন্যাস নেওয়ার প্রথমে আপনি শ্রী সজ্জন সেবক ব্রক্ষ্মচারী নামে বিখ্যাত ছিলেন। একবার আপনার ১০৪ ডিগ্রী জ্বর হয়েছিল। শ্রীল পরম গুরুদেব আপনাকে বৈষ্ণবদের জন্য রান্না করার আদেশ দিলেন। আপনি শরীরে জ্বর অবস্থায় উঠে রান্না করেছেন ও ভোগ নিবেদন করে বৈষ্ণবদের প্রসাদ সেবা করেছেন। আপনার গুরুভক্তির কোন সীমা নেই। কখনো কখনো হরিকথা পরিবেশন করতে করতে যখন শ্রীল পরম গুরুদেব কোন শ্লো ক ভুলে যেতেন তখন আপনি তাঁকে মনে করিয়ে দিতেন।

একবার আসাম প্রচারে "শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভুকে 'ভগবান' সম্বন্ধিত কেন করা হয়"? এই প্রশ্ন শ্রীল পরম গুরুদেবকে করা হয়। শ্রীল পরম গুরুদেবের আদেশে আপনি ঐ সময় বিভিন্ন শাস্ত্র থেকে পঞ্চাশ শ্লো ক উদ্ধৃত করে ওখানকার লোকেদের সন্দেহ দূর করেছেন। শ্রীল পরম গুরুদেব গৌড়ীয় পত্রিকা বাংলা ভাষায় প্রকাশিত করে সম্প্রদানের** দায়িত্ব আপনার উপর দিয়েছেন। আপনার স্বভাব গম্ভীর এবং শান্ত ছিল।

একাদশী উপবাসের আবশ্যকতা

আমাদের দেশে সাধারণত সব লোক উপবাস করে সপ্তাহের কোন কোন দিন উপোস রাখে আর তা দ্বারা বিবিধ দেবতাদের প্রসন্ন করার ইচ্ছা হয়ে থাকে। এই সব উপবাসের পিছনে যেকোন উদ্দেশ্য অবশ্যই থাকে। সাধারণত ধন প্রাপ্তির জন্য, রোগ থেকে ঠিক হবার জন্য, রাজনীতিতে পদের জন্য, ভাল চাকরী, পত্নি কিংবা পতি পাওয়ার জন্য লোক উপবাস করে। ভৌতিক ইচ্ছা প্রাপ্ত করার জন্য উপবাস করলে অনেক বার ফল প্রাপ্ত হয়। কিন্তু এ ফল ভৌতিক হওয়ার জন্য স্বল্পস্থায়ী** হয়। এরকম উপবাস করা মানে ভগবানের সঙ্গে ব্যবসা করা। আমাদের ইচ্ছা পুরণ হলেই উপবাস সমাপ্ত করে ভুলেই যাই। 'প্রয়োজন শেষ হলে বৈদ্যের আদর থাকে না।' শ্রীল ভক্তি বেদান্ত স্বামী মহারাজ এ রকম অনুষ্ঠানকে 'ভৌতিক ধর্ম' বলেন।

ভগবান শ্রী কৃষ্ণের ভক্তও একাদশী, জন্মাষ্টমী, রামনবমী, গৌর পূর্ণিমা, নৃসিংহ চর্তুদশী, ব্যাসপূজা ও অন্য বৈষ্ণব তিথির উপবাস করে। এর পিছনে ওদের কি উদ্দেশ্য থাকে? সম্ভবতঃ ভক্তের কোন ভৌতিক কামনা হয় না। ভক্ত তার নিজের আধ্যাত্মিক উন্নতির জন্যই এই সব উপবাস করে। বত্র পালন করা মলূ সিদ্ধান্ত না মনে করে ভগবানের প্রতি নিজের শ্রদ্ধা বাড়ানো একমাএ কারণ। উপবাস করাতে মন শুদ্ধ হয়, মন বশীভুত হয়। মনকে বশ করে ভগবান শ্রী কৃষ্ণের সেবা উত্তম প্রকারে করার জন্য উপবাস সহায়ক হয়।

একাদশীর দিন অন্ন ত্যাগ করে শরীরের আবশ্যকতা কম করে শ্রবণ-কীর্তনের দ্বারা ভগবানের সেবা অধিক থেকে অধিকতম করার উদ্দেশ্যই উপবাস। এতে ভগবান সন্তুষ্ট হন। অনাদি কাল থেকে ভারতে একাদশী উপবাস হয়ে আসছে। কিন্তু আজ লোকেদের মধ্যে আধ্যাত্মর প্রতি রুচি বোধ নেই। যদি কেউ একাদশী ব্রত রাখতে চায় তাহলে ঘরের লোক আপত্তি করে। ওরা বলে একাদশী ব্রত বৃদ্ধ লোকরা করে,যুবক জোয়ান খেয়ে দেয়ে মজা করে। এ রকম উক্তি করে। শ্রী ল ভক্তি বেদান্ত স্বামী মহারাজ একাদশী ও অন্যান্য উৎসবের সময় উপবাস রাখা আধ্যাত্মিক জীবনের মহত্বপূর্ণ অঙ্গ মনে করেন। তিনি বলেন,"এসব বিধি বিধান আমাদের মহান আচার্যরা ঐসব লোকেদের জন্য তৈরী করেছেন যারা দিব্য জগতে ভগবানের সঙ্গ পেতে ইচ্ছুক। মহাত্মাগণ এই সবই বিধি বিধান মানেন। এই জন্য তাঁদের ফল প্রাপ্তি হয়।"

শ্রীল ব্যাসদেবজী পুরাণে অনেক স্থানে একাদশী ব্রতের মাহাত্ম্য বর্ণনা করেছেন। এই বইতে অপরা একাদশীর মাহাত্ম্য কথা রূপে করা হয়েছে। কথা পাঠ করার পর কারো মনোভাব এরকম হয় যে এই উপবা স

ভৌতিক লাভের জন্য করা হয়। কিন্তু তাহা নয়, যারা বৈষ্ণব তাদের জন্য এই ব্রত সর্বশ্রেষ্ঠ**। একাদশী ভগবান শ্রী কৃষ্ণের অত্যন্ত প্রিয় এই জন্য এই ব্রতকে হরিবাসর বলে। উপবাস শব্দের অর্থ পাশে থাকা। যদি আমাদের ভগবানের নিকট থাকার ইচ্ছা হয় তাহলে উপবাস করার আবশ্যকতা আছে। এই জন্য একাদশীর দিন সমস্ত ভৌতিক ইন্দ্রিয় তৃপ্তির কার্যেতে*** দূরে থেকে ভগবানের নাম স্মরণে অধিক থেকে অধিক সময়-কাটানো** উচিত। বক্ষ্ম বৈবর্ত পুরাণে বলেছেঃ

উপাবৃত্তস্য পাপেভ্য যস্তু বাসৌ গুনৌঃ সহ।
উপবাসঃ স বিজ্ঞেয়ঃ সর্ব ভোগ বিবর্জিতঃ ॥

উপবাসের মানে সবরকম পাপ ও ইন্দ্রিয় তৃপ্তির থেকে দূরে থাকা। নিশ্চয়ই একাদশী উপবাসে ধর্ম, অর্থ, কাম, মোক্ষ প্রাপ্তি তো হয় কিন্তু তার সাথে পঞ্চম পুরুষার্থ ভগবদ্ভক্তি অথবা কৃষ্ণ প্রেম প্রাপ্ত হয়। 'শ্রী হরি ভক্তি বিলাস' গ্রন্থে বলেছেঃ-

একাদশী ব্রতং নাম সর্ব কাম ফল প্রদম্।
সর্বদা বিপ্রৈঃ বিষ্ণু প্রীণনকারণম্ ॥

ভগবান শ্রী বিষ্ণুর প্রসন্নতার জন্য ব্রাক্ষ্মণের একাদশী উপবাস করা দরকার। এটা ব্রাক্ষ্মণের কর্তব্য। এই জন্য প্রত্যেক ব্যক্তিরই উচিত ভগবানের প্রসন্নতার জন্য এই ব্রত পালন করা। ভগবান শ্রী বিষ্ণু প্রসন্ন হলে সুখ ও সমৃদ্ধি প্রাপ্ত হয়। ওঁ বিষ্ণুপাদ নিত্যলীলা প্রবিষ্ট সচ্চিদানন্দ ভক্তি বিনোদঠাকুর নিজে একটি গীত লিখেছেনঃ-

মাধব তিথি ভক্তি জননী যতনে পালন করি।

মাধব তিথি অথার্ৎ একাদশী ব্রত ভক্তি জননী মানে আমাদের হৃদয়ে ভক্তির জন্ম দেন যিনি, এই জন্যে তিনি বলেন যে আমাদের যত্ন সহকারে এই ব্রত পালন করা উচিৎ। সন্ত শিরোমণি শ্রী তুকারাম মহারাজ বলেছেনঃ-

"জ্যাসী নাবডে একাদশী। তো জিতাচী নরকবাসী ॥
জ্যাসী নাবডে হ্যা ব্রত। ত্যাসী নরক তোহী ভীত ॥
জ্যাসী ঘডে একাদশী । জানে লাগে বিষ্ণুপাশী ॥
তুকা মহানে পুন্যরাশী। তোচি করী একাদশী ॥"

যাহার একাদশী ভালো লাগে না ও জীবন থাকতেও নরকের ব্যক্তি। যার এই ব্রত পছন্দ না তাকে নরকও ভয় পায়। কারণ ও ব্যক্তি মহাপাপী। যে একাদশী ব্রত পালন করে তার বৈকুন্ঠ প্রাপ্তি নিশ্চিত। এই জন্য তুকারাম মহারাজ বলেছেন যে পূর্বজন্মের পুন্য সঞ্চয় করেছে সেই কেবল একাদশী ব্রত পালন করতে পারে।

একাদশী, একাদশী। জয়া ছন্দ অহর্নিশী ॥
ব্রত করি জো নেমানে। তেথে বৈকুন্ঠাচে পণে ॥

নামস্মরণ জাগরণ। বাচে গায় নারায়ণ ॥
তোচি ভক্ত সত্য যাচা। একা জনার্দন মহনে বাচা ॥

যে ভক্ত দিন রাত একাদশী তিথির সম্বন্ধে চিন্তা করেন ও নিয়মের সাথে একাদশী পালন করেন ও অবশ্যই বৈকুন্ঠে যান। যে ভক্ত একাদশীর দিন রাত জাগরণ করে ভগবান শ্রী হরির নাম স্মরণ করেও পবিত্র নামের গায়ন করেন, ও ভক্ত ভগবানের শ্রেষ্ঠ ভক্ত।

একাদশীর দিন অন্ন গ্রহণ করলে কি হয় তুকারাম মহারাজ এই প্রকার বর্ণনা করেছেন-একাদশীর অন্নপান। যে নর করিতী ভোজন।

শ্বান বিষ্ঠে সমান। অধম জন তো এক। একা ব্রতাচে মহিমান। নেমে আচরতী জন। গাতী একতী হরি কীর্তন। তে সমান বিষ্ণুশী। অশুদ্ধ বিটালশীচে খল। বিড়া ভক্ষীংতি তাম্বুল। সাম্বড়ে সবল। কালাহাতী ন সুটে।

শেজ বাজ বিলাস ভোগ। করি কামিনীশীং সঙ্গ।
তথা জোড়ে ক্ষয় রোগ। জন্মব্যাধি বলিবন্ত ॥
আপন ন বজে হরির্কীতন। আনিকাং বারী জাতাং জন।
ত্যাচ্যা পাপা জানা। ঠৈঙ্গানা মহামেরু তো ॥
তয়া দন্ডী যমদূত। ঝালে তয়াচে অঙ্কিত।
তুকা স্হণে ব্রত। একাদশী চুকলীয়া ॥**

যে সব লোক একাদশীতে অন্নগ্রহণ করে ভোজন করে সে সব লোক সবচেয়ে বড় পতিত জীব। ওদের অধম বলে। কারণ ওরা যে ভোজন করে ও শুকরের বিষ্ঠার সমান। যে এই ব্রত করে না তাকে যমদূত নরকগামী করে। যে মনুষ্য একাদশীর দিন তাম্বুল (পান) খায় তার স্ত্রীর মাসিক স্রাবের অশুদ্ধ রক্ত পান করার পাপ হয়। যে মনুষ্য একাদশীর দিন স্ত্রী সঙ্গ করে তার ক্ষয় রোগ হয়। তাকে আজীবন রোগে কষ্ট দেয়। একাদশীর দিন পাপ পুরুষ অন্নে বাস করে, এই জন্য অন্ন গ্রহণ করতে নেই।

তুকা মহানে বরে ব্রত একাদশী। কেলে উপবাসী জাগরন ॥

তুকারাম মহারাজ বলেন একাদশীর উপবাস ও জাগরণ। আত্মার পরম উপাদেয়।

পদ্মপুরাণে বলেছে :-

অশ্বেমেধ সহস্রানি রাজসূয়শতানি চ।
একাদশ্যু পবাসস্য কলাং নার্হন্তি ষোড়শীম্ ॥

হাজার অশ্বমেধ** যজ্ঞ, শতাধিক রাজসূয় যজ্ঞ এর একাদশী উপবাসের ষোলহ কলা অথার্ৎ ছয় প্রতিশত ও এর মহত্ব হয় না।

স্বর্গ মোক্ষপ্রদা হোষা শরীরারোগ্য দায়ীনি।
সুকলত্রপ্রদা হোষা জীবতপুত্রপ্রদায়িনী।
ন গঙ্গা ন গয়া ভুপ ন কাশী ন চ পুষ্করম্।

ন চাপি বৈষ্ণবং ক্ষেত্রং তুল্যং হরিদিনেন চ ॥

অর্থ- একাদশী স্বর্গ, মোক্ষ, আরোগ্য ভাল পত্নী ও সুপুত্র প্রদান করে। গয়া, গঙ্গা, কাশী, পুষ্কর বৈষ্ণব ক্ষেত্র এর মধ্যে কোনটাই একাদশীর তুলনা হয় না। যে নিজের হিত করতে চান সে নিম্নলিখিত অন্ন একাদশীর দিন ত্যাগ করবেন - (১) চাল ও চালের তৈরী পদার্থ (২) রাই ও তিলের তেল। ভুলেও এই সব পদার্থের সেবন করবেন না। অন্যথা ব্রত ভঙ্গ হয়ে যাবে। ভক্তি দৃঢ় করার ইচ্ছুক ব্যক্তি এই সব নিয়ম পালন করবে। একই দিনে দুই তিথি দশমী ও একাদশী হলে পরের দিন বৈষ্ণবরা একাদশী করে। এই জন্য আমরা স্মার্ত ও ভাগবত থেকে একাদশী দেখি। হরি ভক্তি বিলাস গ্রন্থে বলা হয়েছে হে ব্র ক্ষ্মণ সূর্যোদয়ের পূর্বে ৯৬ মিনিট প্রথমে একাদশী আরম্ভ হয় ঐ একাদশীকে শুদ্ধ একাদশী বলে। গৃহস্থদের এই একাদশী পালন করা উচিৎ। যারা একাদশী করে বা করার ইচ্ছা করে তারা এই গ্রন্থ অবশ্যই পড়বে।

-ত্রিদন্ডীস্বামী ভক্তিবেদান্ত দন্ডী মহারাজ।

ভগবান শ্রী বিট্ঠল এর শ্রেষ্ঠ ভক্ত শ্রী তুকারাম মহারাজ। নিজের ভাবপুর্ণ এবং ভক্তিময় অঙ্গা (মারাঠী পদ্য) ও দিব্য চরিত্র মহারাষ্ট্রই শুধু নানা দেশ বিদেশের অগণিত সুকৃতিবাণ লোকেদের ভক্তির প্রতি আকৃষ্ট করেছেন। তাহার একাদশীর প্রতি নিষ্ঠা প্রেরণাদায়ক। একাদশীর দিন তিনি নিরাহার থেকে এমন কি জল পর্যন্ত ত্যাগ করে দিনরাত হরিনাম সংকীর্তনে মগ্ন থাকতেন। অহংকারী লোক আপনার অঙ্গোর গাথা (সংগ্রহ) নদীতে ভাসিয়ে দিয়েছিল। স্বয়ং ভগবান বিট্ঠল ঐ গাথা ফেরত এনেছিলেন।

মহত্বপূর্ণ বিজ্ঞপ্তিঃ - হরে কৃষ্ণ! প্রতি দশমী রাত্রি আটটার সময় শ্রী পাদ ভক্তিবেদান্ত দন্ডী মহারাজের শ্রী মখু ারবিন্দ তে ‘একাদশীর মাহাত্ম্য’ বিষয়ের উপর প্রবচন শোনবেন। যে কোন এক নম্বর ডায়াল করুন (১) ০৭৪০০১৩০৫১২ ডায়াল করে ৯৪৭৫১৯# কোড লাগান (২) **http://tiny.cc/ekadasi** তে যান (৩) যদি কোন কারণে ০৭৫০০১৩০৫১২ (৯৪৭৫১৯#) নম্বর না পান তাহলে ০৯৯৫৩০০৯৩৭০ অথবা ০৯৯৫৩৮৪২৩৩৪ ডায়াল করে আপনি প্রবচন শুনতে পারেন। প্রশ্ন ০৯৯৫৩০৪৭৭৪৪ নম্বরে পাঠাবেন। এই প্রবচন শ্রবন করলে আপনার একাদশী ব্রত আরও নিষ্ঠা ও দৃঢ় হবে।

নিবেদন
(শ্রী একাদশী ব্রতকথা গ্রন্থে প্রকাশিত)

শ্রী গৌড়ীয় বেদান্ত সামতি থেকে শ্রী একাদশী ব্রতকথা নামক গ্রন্থ সপ্তম সংস্“রণ রূপে প্রকাশিত হয়েছে। বিভিন্ন পুরাণ এবং বৈষ্ণব স্মৃতিরাজ শ্রী হরি ভক্তি বিলাস ইত্যাদি গ্রন্থ থেকে সংকলিত হয়েছে। শ্মী গৌড়ীয় বেদান্ত সমিতি থেকে প্রকাশিত শ্রী চৈতন্য পঞ্জিকার পুনঃপ্রবর্তক নিত্যলীলা প্রবিষ্ট ওঁ বিষ্ণুপাদ অষ্টোত্তরশত শ্রী শ্মী মদ ভক্তি প্রজ্ঞান কেশব গোস্বামী মহারাজের স্ব-লিখিত ভূমিকায় শ্মী চৈতন্য পঞ্জিকার আদর্শ **সব্র ংপ জগদ্‌গুরু শ্রী ভক্তি সিদ্ধান্ত সরস্বতী গোস্বামী প্রভুপাদ জীর বিচার ধারা থেকে সম্বলিত 'গৌড়ীয়ের কৃত্য' (ভাগবত ধর্ম) শীর্ষক থেকে ওনার স্বহস্ত লিখিত কিছু উপদেশ মুদ্রিত করেছেন। উহাতে সংখ্যাপুর্বক নাম গ্রহনের সাথে একাদশী ইত্যাদি হরিবাসর বত্র পালনের সম্বন্ধে বিশেষ নিদের্শ প্রদত্ত হয়েছে। সুতরাং ভক্তি লাভ করার জন্য সবাইকেই এই একাদশী বা হরি ব্রত পালন নিত্যত্ব ও উপযোগীতা স্বীকৃত হয়েছে।

পুরাণে উল্লেখিত হয়েছে যে, পরমবল্লভা, একাদশী তিথি মনুষ্য মাত্রই সর্বাভীষ্ট প্রদায়িনী। শুক্ল পক্ষ হোক ও কৃষ্ণ পক্ষ দুই পক্ষের একাদশী তিথি পূজা মহোৎসব ইত্যাদি অনুষ্ঠান করা কর্তব্য। এই ব্রত পালন করলে সব পাপ ধ্বংস, সর্বার্থ প্রাপ্তি ও শ্রীকষ্ণের প্রীতিবিধান হয়। ভগবানের প্রীতিবিধান, বিধিপ্রাপ্তত্ব, ভোজনের নিষিদ্ধতা ও ব্রত না করার কারণ দোষ এই চার কারণ থেকে উক্ত ব্রতের নিত্যত্ব প্রসিদ্ধ। একাদশী ব্রত শ্রী হরির সবথেকে অধিক প্রিয়। ব্রাক্ষ্মণ**, ক্ষত্রিয়, বৈশ্য, শুদ্র নারী-পুরুষ যেই ভক্তিপূর্বক একাদশী ব্রত পালন করবে সে মোক্ষ ও ভগবত-সান্নিধ্য প্রাপ্ত করতে পারে।

সবার জন্য একাদশীতে উপবাসী থেকে উক্ত ব্রত পালন করা অতি আবশ্যক। উপবাস ফলেচ্ছু ব্যক্তি একদিন আগে রাত্রিতে ভোজন উপোসের দ্বিতীয় দিন রাত্রিতে ভোজন এবং উপোসের দিন ও রাত্রিতে ভোজন পরিত্যাগ করবেন। হরিবাসরের (উপবাস) দিন্র ব্রক্ষ্মহত্যা ইত্যাদি সমস্ত পাপ অন্নের মধ্যে প্রবেশ করে, অতএব এই সময় পঞ্চশষ্য (যব, ধান, রাই, কলাইডাল, তিল ইত্যাদি) ভোজন করলে এই সকল প্রকার পাপ গ্রহণ করে যেমন মাতৃঘাতী, পিতৃঘাতী, ভাতৃঘাতী, ও গুরুঘাতী পাপী বলে তাদের গণনা হয়। ব্রক্ষ্মচারী, গৃহস্থ, বাণপ্রস্থ ও যতিয়ো (ত্রিদন্ডী সন্ন্যাসীরা) এর দ্বারা একাদশীর দিন ভোজন করলে গোমাংস ভোজন করার সমান হয়, ব্রক্ষ্মঘাতী, সুরাপায়ী, চোরদের জন্য মুক্তির বিধান। কিন্তু একাদশীতে অন্ন ভোজন করলে তার রক্ষার কোন ব্যবস্থা নেই। একাদশীতে যে ব্যক্তি অন্ন গ্রহণ করে যে পূর্বপুরুষের সাথে নরকগামী হয়। হরিবাসর তিথিতে কারোকে ভোজন

করতে অনুরোধ করাও অন্যায়।

বিধবা স্ত্রী একাদশীর দিন অন্ন গ্রহণ করলে তার সারা সুকৃতি নষ্ট হয়ে যায় এবং সর্ববর্ণী, সর্বাশ্রমী, বিধবা যতি, সতীর ও অন্ধতামিশ্র নামক নরকে দুর্গতি হয়। ভক্তিযুক্ত হয়ে পুত্র-পত্নী ও আত্মীয়স্বজন এর সাথে দুই পক্ষের একাদশীর উপবাস করলে ভগবদ ভক্তি ও পরমপদ প্রাপ্ত হয়। মহাবিপদ যেমন জনন, মরণাশুচিতেও একাদশী ব্রত ত্যাগ করা উচিৎ নয়। একাদশীর দিন নৈমিত্তিক শ্রাদ্ধ হলেও উপবাসী থেকে দ্বাদশীতে শ্রাদ্ধ করা উচিৎ। উপবাসের দিন শ্রাদ্ধ করা উচিৎ নয়। কারণ ঐ দিন দেবতা ও পিতৃগণ নিন্দিত অন্ন ভোজন করে না। একাদশীর দিন শ্রাদ্ধ করলে দাতা, ভোক্তা ও বিগত আত্মা এই তিনেরই নরকে যেতে হয়। আট থেকে আশি বছর বয়সের সকলকেই শুক্লপক্ষ ও কৃষ্ণপক্ষের একাদশীর উপবাস আবাল বৃদ্ধ-বণিতা সব মনুষ্যের কর্তব্য। বৈষ্ণব, শৈব, সৌর ইত্যাদি সব মানুষের কর্তব্য। বৈষ্ণব, শৈব, সৌর ইত্যাদি সবারই হরিবাসর ব্রত পালন করা উচিত। শিব পার্বতীকে বলেছেন, আমার ভক্তি বলের আশ্রয় করে হরিবাসরে যে অন্ন ভোজন করে ও দুষ্ট পাতকী আমার অপ্রিয়। (পতি পত্নী দুজনেই অথবা পত্নী যদি পতির উদ্দেশ্যে একাদশী ব্রত পালন করে তাহলে একশ গুন পুন্যের ভাগী হন।) বালক, বৃদ্ধ, আতুর, রোগগ্রস্ত**, অসমর্থ ব্যক্তি রাত্রিতে মাত্র একবার ভোজন অথবা দুধ, ফল মূল ভোজন করে একাদশী তিথি পালন করবে।

শিশুদের রক্ষার্থে মাতা, রোগীদের রক্ষার্থে ঔষধ তেমনি সব জীবের রক্ষার জন্য একাদশী আর্বিভূত হয়েছেন। বিভিন্ন প্রকার দুঃখ ভরা সংসারে মানব জন্ম পেয়ে যে একাদশী ব্রতানুষ্ঠান করে সে ধন্য এবং বুদ্ধিমান। একাদশী ব্রত না করে অন্য ব্রত করা মানে হীরা ছেড়ে কাঁচ প্রার্থনা করার সমান। কেবল মাত্র একাদশীর উপবাস করে জনার্দনের ভক্তিপূর্বক পূজা করে দুঃখ পূর্ণ সংসার থেকে মুক্তি পেতে পারে। সংসার রূপী সর্প দ্বারা দংশিত সব পাপী মনুষ্য উপবাসের দ্বারা পরম সুখ শান্তি প্রাপ্ত করে। অন্নের অভাবে একাদশীর উপবাস থাকা আর রাজগৃহে বন্দী অবস্থায় একাদশী উপবাস করা সম্যক উপবাসের ফল প্রাপ্ত হয় গোবিন্দের স্মরণ ও একাদশী উপবাস দুইই নিঃসন্দেহে মনুষ্যের প্রায়শ্চিত্ত ও সংসার থেকে উদ্ধার করে যে সব সুখ-ধর্ম-গুনের আশ্রয় জগৎ পতির অত্যন্ত প্রিয় ও সব ধর্মের মধ্যে শ্রেষ্ঠ একাদশী উপবাস শ্রদ্ধাপূর্বক পালন করে সে বৈকুন্ঠে গতি লাভ করে। একাদশী ব্রতকথা শ্রবণ করলে ও এর অনুষ্ঠান করাতে, কিংবা এই অনুষ্ঠানের অনুমতি দানে অথবা ব্রতপালনের জন্য মনুষ্য হৃদয়ে শ্রদ্ধা উৎপন্ন করার জন্যও সব পাপ থেকে পরিত্রাণ ও উত্তম গতি প্রাপ্ত হয় হরিবাসর কে বাদ দিয়ে দান, তপস্যা তীর্থস্থান ও অন্য প্রকার পুন্য মুক্তির কারণ হতে পারে না। একাদশী

ব্রত পরায়ণ ব্যক্তি সর্বত্র পূজ্য হয় রোগ, উপসর্গ, দাহ, গ্লানি ও কাতরতা থেকে তার ভয়ের সম্ভাবনা থাকে না এবং সর্বদা তার চিত্তে শ্রীহরির স্মৃতি বিরাজ করে। ঐসব লোকেদের নিত্য হরি কথায় রুচি ও নিত্য ধর্মে মতি থাকে এবং শ্রীকৃষ্ণের প্রতি অতিশয় অমোল ভক্তি উদ্দীপনী ও পরমার্থ গতি প্রদায়িনী। জগদীশ্বর একাদশীতেই মর্তিমান্ হয়ে বিরাজিত হন। যে বিষ্ণুময়ী শক্তি অনন্তস্বরূপা ও বিশ্ব জগতে ব্যাস হয়ে অবস্থিত তিনিই সব প্রকার মঙ্গল প্রদানকারী একাদশী তিথি।

অরুণোদয় বা দশমী-বিদ্ধা ** একাদশী বিশেষ রূপে ত্যাগ করে শুদ্ধ একাদশী ব্রত পালন করা কর্তব্য। তিন লোকে যত পাপ বিদ্যমান দশমী সংযুক্ত একাদশীকে ঐ পাপের স্থান বলা হয়েছে। রাক্ষস ও অসুর দশমী সংযুক্ত একাদশীর আশ্রয় নেয় আর দ্বাদশী যুক্ত একাদশী উপবাস যে ব্যক্তি করে তাকে ভগবান বাঞ্ছিত ফল প্রদান করেন। দশমী যুক্ত একাদশী কে হরিবাসর বলে না। এখানে দ্বাদশীতে উপবাস ও ত্রয়োদশীতে পারণ করার বিধি আছে। জগদ্গুরু শ্রীল ভক্তি বেদান্ত ঠাকুর গেয়েছেনঃ- **মাধব তিথি ভক্তি জননী যতনে পালন করি**।- অথার্ৎ এখানে বিদ্যার পরিত্যাগ করে ব্রতপালনের উপদেশ দেওয়া হয়েছে।

গ্রন্থ্ সমাপ্তিতে বিদ্যা সম্বন্ধে সংক্ষিপ্ত বিচার প্রদর্শিত হয়েছে। একাদশীর বিভিন্ন নাম আছে এবং অষ্টমহাদ্বাদশীরও আলাদা আলাদা নামে প্রসিদ্ধ। এই গ্রন্থে এসব বিষয়ের সম্কূর্ণ ইতিহাস বৃতান্ত বিশ্লেষণ হয়েছে। যারা একাদশী পালন করে তাদের জন্য এ গ্রন্থ্ যথেষ্ট সহায়ক, এতে সন্দেহ নেই। এই সংস্করণের ** প্রবিশিষ্ট অংশে 'অষ্ট মহাদ্বাদশী'র নিরূপণ, ব্রত কৃত সচক্ কীর্তন মাহাত্য ইত্যাদি সংযোজন তথা গ্রন্থে পূর্ব নিবন্ধে অধিকতর জ্ঞানের পথ প্রশস্ত করা হয়েছে। ব্রত পালনকারী ও পাঠক পাঠিকা এবং শ্রোতৃবর্গের দ্বারা ভগবদ ভক্তি লাভ করাতে আমাদের সবার সেবা প্রচেষ্টা স্বার্থক হবে। অধিক আর কি অসাবধানবশত কিছু ত্রুটি থাকলে পাঠকবর্গ নিজগুণে তা সংশোধন করে নেবেন এই অনুরোধ রইল। অলমতি বিস্তরেণ-

পাপাঙ্কুশা (পাপাঙ্কুশা) একাদশী**
২৬ পদ্মনাভ, ৫১৮ গৌরাব্দ
৭ কার্তিক, ১৪১১ বঙ্গাব্দ ২৪-১০-২০০৪

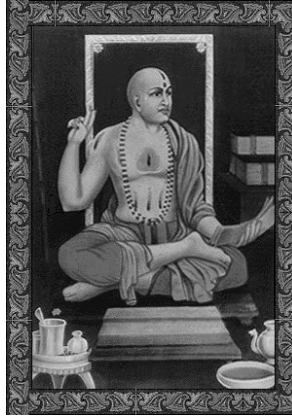
ত্রিদন্ডী ভিক্ষু
শ্রী ভক্তি বেদান্ত বামন

শ্রীমন মধ্বাচার্যের একাদশী সম্বন্ধিত বিচার

স্মার্তমত খন্ডন-

শ্রদ্ধতো পঞ্চগব্যঞ্চ দশমভ্যা দুষিতাং ত্যাজেত্
একাদশী দ্বিজশ্রেষ্ঠাঃ পক্ষয়োরুভয়োরপি ॥

(কৃষ্ণামৃতমহার্নবম্ ১২৯)

শ্রেষ্ঠ ব্রাক্ষ্মণগণ কুকুরের চামড়ার তৈরী পাত্রে রাখা পঞ্চগব্য ত্যাগের ন্যায় দুই পক্ষের দশমী যুক্ত একাদশী পরিত্যাগ করিবে।

শ্রীমদ আনন্দ তীর্থ মধ্যাচার্য ভগবদপাদ

অথবা মোহনার্থায় মোহিন্যা ভগবান হরিঃ।
অর্থিতঃ কারযামাস ব্যাসরূপী জনার্দনঃ ॥
ধনদার্চাবিবৃদ্ধার্থমহাবিত্তলয়স্য চ।
অসুরানাং মোহনার্থপাষন্ডানাং বিবৃদ্ধয়ে ॥
আত্মসরূপাবিজ্ঞস্যৈ স্বলোকাপ্রাপ্তয়ে তথা।
এবং বিদ্ধাং পরিত্যজ্য দ্বাদশ্যামুপবাসয়তে।

(কৃষ্ণামৃতমহার্নবম ১৫০-১৫২)

অথবা ব্যাসরূপী ভগবান জর্নাদন শ্রী হরি মোহিনীর দ্বারা প্রার্থনা করে কামী লোকেদের মোহিত করার জন্য ও ধনের আকাঙ্খার জন্য পূজা অর্চনের বৃদ্ধি পরমার্থের লুপ্ত করার জন্য অসরু দের মোহন করার জন্য পাষ ন্ডী লোকের বৃদ্ধির জন্য নিজের আত্মসরূপ না জানতে দেওয়ার জন্য এবং যাতে বিষ্ণু-লোক প্রাপ্তি না হয় এই জন্য এই বিধান করেছেন। অতএব দশমী যুক্ত একাদশী পরিত্যাগ করে দ্বাদশীতে উপবাস করা উচিৎ।

বরং স্বমাতৃগমনং বরং গোমাংস ভক্ষণম্।
বরং হত্যাং সুরাপানমেকাদশ্যন্নভক্ষণাত

(কৃষ্ণামৃতমহার্নবম ১৫০-১৫২)

একাদশীতে অন্ন ভোজন করা স্বমাতৃগমন, গোমাংস ভক্ষণ, সুরা পান ইত্যাদি নিন্দনীয় কার্যের থেকেও অধিক নিন্দনীয়।

একাদশী কথা

একদিন-মাতার পদে করিয়া প্রণাম।
প্রভুকহে,- মাতা মোহে দেহ এক দান ॥
মাতা বলে,- তাই দিব যা তুমি মাগিবে।
প্রভুকহে,- একাদশীতে অন্ননা খাইবে ॥
শচী কহে- না খাইব, ভালই কহিলা।
সেই হৈতে একাদশী করিতে লাগিলা ॥

(চৈতন্য চরিতামৃত আদিলীলা ১৫/৮, ৯, ১০)

একদিন গৌরসুন্দর শচীমায়ের চরণে প্রণাম করে বললেন - "মা আমাকে একটি দান দাও।" শচী মা বললেন তুমি যাচাইবে তাই দেব। প্রভু বললেন মা তুমি একাদশীর দিন অন্ন খাবে না। মা বলল তুমি ঠিকই বলেছ ঐ দিন অন্ন খাব না। ঐ দিনের পর শচীমা একাদশী পালন শুরু করলেন।

নিজের মাকে [নিজের মাকে বলা মানে সব বদ্ধজীবকে শিক্ষা দেওয়াই শ্রীমন্ মহাপ্রভুর অভিপ্রায়] উপলক্ষ্য করে শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভু প্রাণী মাত্রই একাদশী ব্রতপালন করার নির্দেশ দিয়েছেন। শ্রী হরিভক্তি বিলাসে (১২.৪)-**বলেছে একাদশী ব্রতং নাম সর্বাভীষ্ট প্রদং নৃনাং। কর্তব্য সর্বথা বিপ্র বিষ্ণু প্রীতি করং যতঃ॥** অথার্ৎ একাদশী ব্রত করলে

শ্রীবিষ্ণুর প্রতি প্রীতি হয়। এই জন্য এই ব্রতের আর এক নাম হরিবাসর। অন্যান্য উপবাস করাতে তার ফল তো প্রাপ্ত হয় কিন্তু না করলেও কোন অপরাধ বা পাপ হয় না। একাদশী ব্রতের** ফল হল কৃষ্ণভক্তি প্রাপ্তি। সুতরাং একাদশী না করার অপরাধ তো হয়ই এবং কৃষ্ণভক্তি হয় না।

শ্রীল ভক্তি বিনোদ ঠাকুর বলেছেন -

মাধব তিথি ভক্তি জননী যতনে পালন করি।
কৃষ্ণ বসতি, বসতি বলি পরম আদর বরি ॥

অর্থাৎ মাধব তিথি (একাদশী) ভক্তির জন্ম দেয়, এই তিথির মধ্যে সাক্ষাত শ্রীকৃষ্ণ নিবাস করেন। এই জেনে আমি পরম যত্নে এই তিথিকে বরণ করে পালন করি।

শ্রীকৃষ্ণের জন্য একাদশী তিথি জন্মাষ্টমীর থেকেও শ্রেষ্ঠ। পরম করুণাময় পরমেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ স্বয়ং মাধব তিথি অর্থাৎ একাদশী রূপে মূর্তিমান

হয়ে জগতে বিরাজিত। অনন্ত স্বরূপা বিষ্ণুময়ী শক্তি সমস্ত জীবের জন্য সকল প্রকার মঙ্গাল বিধান করার উদ্দেশ্যে এই পরম শুভ একাদশী তিথি রূপে প্রকটিত।

(শ্রীল গুরুদেবের বচন থেকে উদ্ধৃত)

একাদশী ব্রতের বাস্তবিক উদ্দেশ্য শ্রী ভগবানের প্রতি প্রেম ভক্তি প্রাপ্ত করা।

যথাঃ-

"শুদ্ধ ভক্তের সাথে এই বত্র আচরণ করাতে ধর্ম, অর্থ, কাম, মোক্ষ রূপী চতুবর্গের প্রতি তুচ্ছ বুদ্ধি জাগ্রত হয়ে শ্রীকৃষ্ণের প্রতি শ্রবণাদিরূপ প্রেমলক্ষণ বিশুদ্ধ ভক্তি প্রাপ্ত হয়।" *(স্কন্দপুরাণ)*

"সমস্ত প্রকার ভোগ ও সিদ্ধি হরি ভক্তি রূপা একাদশী মহাদেবীর পিছনে সর্বদা দাসীর মত অনুগমন করে।" *(নারদ পঞ্চরাত্র)*

"সমস্ত কামনা পুর্তি একাদশী কেবল শ্রীকৃষ্ণের প্রীতির জন্য পালন করা কর্তব্য।" *(শ্রীহরিভক্তি বিলাস ১২-৮)*

একাদশী পালনকারী কথা

শ্রীমদ ভাগবত বর্ণনা আছে শ্রী কৃষ্ণের পিতা শ্রী নন্দ মহারাজ একাদশীর দিন নিরাহার ব্রত পালন করতেন।

একাদশ্যাং নিরাহারঃ সমভ্যর্চ্য জনার্দনম্।
স্নাতুং নন্দস্তু কালিন্ধ্যাং দ্বাদশ্যাং জলমাবিশত ॥

(শ্রীমদ্ভাগবত ১০.২৮.১)

অনুবাদ:- শ্রী শুকদেব পরীক্ষিত কে বললেন - নন্দ মহারাজ কার্তিক শুক্লপক্ষের একাদশী করে ভগবান জনার্দনের পূজা করে দ্বাদশী তিথিতে স্নান করার জন্য যমুনার জলে প্রবেশ করেছেন।

অম্বরীষ মহারাজের কথা

'শ্রীমদ ভাগবতের' নবম স্কন্ধে শুদ্ধ ভক্ত শ্রী অম্বরীষ মহারাজের দৃঢ়তাপূবর্ক একাদশীর নিরাহার ব্রত পালন তথা সময়ানুসার পালন করার কথা প্রসঙ্গ বর্ণিত আছে। একাদশী ব্রতের প্রভাবে ব্রক্ষশাপও মহারাজ অম্বরীষকে স্পর্শ করতে পারে নি।

মহারাজ অম্বরীষ বড় ভাগ্যবান ছিল। তিনি ভগবান প্রেমী ও উদার ধর্মাত্মা ছিলেন। সমগ্র পৃথিবীর সম্রাট হয়েও তার নিজের সম্ ত্তি ঐশ্বর্যের প্রতি আশক্তি ছিল না। তাঁর রতি শ্রী কৃষ্ণ তথা প্রেমী ভক্তের উপর ছিল।

তিনি নিজের মনকে শ্রীকৃষ্ণের চরণারবিন্দ যুগলে, বানী ভগবানের

গুন কীর্তনে, হাত শ্রী হরি মন্দির মার্জন সেবা তথা কান ভগবান অচ্যুত ও ভক্তের মঙ্গালকারী কথা শ্রবণে নিযক্তু করে রেখেছিলেন।

শ্রী দুর্বাসা ঋষি

একবার কার্তিক মাসে অম্বরীষ মহারাজ সপত্নীক মথুরা মধুবন নামক স্থানে এসেছিলেন এক বছর দ্বাদশী প্রধান একাদশী পালন করার জন্য ব্রতের সমাপ্তিতে আগামী কার্তিক মাস পর্যন্ত তিনি তিন রাত্রি (একাদশীর আগের দিন থেকে দ্বাদশী পর্যন্ত) উপবাস করতেন। যমুনায় স্নান কমর ভগবান শ্রীকৃষ্ণের পূজা করে দুধওয়ালা গরু দান করতেন, বৈষ্ণবদের দক্ষিণা সহিত ভগবদপ্রসাদ অর্পিত করতেন। এবার তিনি স্বয়ং ব্রত পারনের জন্য প্রস্তুত হলেন, ঠিক ঐ সময় অত্যন্ত ক্রোধী স্বভাবের দুর্বাসা ঋষি প্রবেশ করলেন। রাজা অম্বরীষ ঋষিকে অভ্যর্থনা করলেন। দুর্বাসা ঋষির তপস্যার বল, ব্রাক্ষনত্ব ও শ্রেষ্ঠতার বড় অভিমান ছিল। রাজা দুর্বাসা ঋষির চরণে প্রণাম করে ভোজন করতে প্রার্থনা করলেন।

দুর্বাসা ঋষি নিমন্ত্রণ গ্রহণ করলেন ও স্নানের জন্য যমনুায় চলে গেলেন। যমুনাতে পরব্রক্ষের ধ্যানে তিনি নিমগ্ন হলেন। এদিকে দ্বাদশী প্রায় সমাপ্ত হতে চলেছে। পাবণের জন্য অতি অল্প সময় ছিল। ধর্মজ্ঞ মহারাজ অম্বরীষ চিন্তিত হয়ে ব্রাক্ষনদের বললেন - অতিথি ব্রাক্ষনকে ভোজন না করিয়ে স্বয়ং ভোজন করা অপরাধ আর দ্বাদশী থাকতে পারন না করলে ভক্তির হানি হয়। এই জন্য আমি ভগবানের চরণামৃত গ্রহণ করে পারণ

করছি। কথায় বলে জল পান করলে পারণ হয়। এবং খাওয়া না খাওয়া একই হয়। এটা ভেবে রাজা অম্বরীষ ভগবানের চরণোদক দিয়ে পারন করে নিলেন ও দুবার্সা ঋষির প্রতীক্ষা করতে লাগলেন।

দুর্বাসা ঋষি যখন এলেন তখন ধ্যানযোগে জানতে পারলেন যে রাজা পারণ করেছেন। তখন ঋষি অত্যন্ত ক্রোধিত হয়ে বললেন—আরে ঢঙ্গী! ভগবান সয়্বং ব্রাক্ষনের সম্মান করেন কিন্তু তুই আমাকে অসম্মান করেছিস। তুমি ভেবেছ জলপান করলে কিছু হবে না কিন্তু ব্রাক্ষনের অবজ্ঞা হবে এ বিচার করনি। এর জন্যে তোমাকে আমি শাস্তি দেব। এই বলে তিনি অত্যন্ত ক্রোধিত হয়ে উঠলেন। তিনি নিজের জটা থেকে একটি জটা ছিড়ে ভূমিতে ফেললেন তা থেকে কৃত্যা দৈত্য উৎপন্ন হল। কৃত্যা রাজা অম্বরীষকে মারার জন্য প্রলয়কালীন অগ্নির মত জ্বলতে জ্বলতে হাতে তলোয়ার নিয়ে মহারাজার উপর ঝাঁপিয়ে পড়ল। অম্বরীষ মহারাজ নিজেকে বাঁচানোর জন্য নিজের স্থান থেকে সরে যাওয়ার চেষ্টা করেন নি। তিনি শান্তি পূর্বক হাত জোড় করে যেখানে দাড়িয়ে ছিলেন সেখানেই দাড়িয়ে রইলেন। শরণাগত বৎসল শ্রী ভগবান ভক্তকে রক্ষার জন্য প্রথমেই সদুর্শন চক্র নিযুক্ত করে রেখেছিলেন। চক্র কৃত্যাকে জ্বালিয়ে ভস্ম করে দিয়েছিল।

কৃত্যাকে ভস্ম করার পর সুদর্শন চক্র দুর্বাসা ঋষির দিকে এগিয়ে এল। ঋষি নিজের প্রান বাঁচানোর জন্য ভাগলেন। তিনি নিজের পিঠে চক্রের তাপ ও স্পর্শ অনুভব করছিলেন কিন্তু চক্র তাকে জ্বালাচ্ছিল না। ঋষি দেখলেন যে তার সমস্ত চেষ্টা বিফল হয়ে গেল এবং চক্র পিছন ছাড়ছে না। চক্র থেকে বাঁচার জন্য তিনি সুমেরু পর্বতের গুহায়, চারিদিকে, অতল, বিতল ইত্যাদি লোক এবং লোকপালের সুরক্ষিত স্বর্গে পর্যন্ত গেলেন। কিন্তু তিনি যেখানেই গেলেন অসহ্য তেজ সুদর্শন চক্র তার পিছু পিছু গেলেন। কোন উপায় না দেখে ঋষি ব্রক্ষার কাছে গেলেন, কিন্তু ব্রক্ষা বললেন যে এই চক্র ফেরত পাঠানো আমার সামর্থ্য নেই। ব্রক্ষার কাছ থেকে নিরাশ হয়ে ঋষি শিবের স্মরণে গেলেন তিনিও তার অসামর্থের কথা বললেন আর বললেন যে যারঁ চক্র তাঁর স্মরণে যাও তিনিই তোমাকে রক্ষা করতে পারেন।

সেখানে থেকেও নিরাশ হয়ে দুর্বাসা ঋষি ভগবানের পরমধাম—বৈকুন্ঠে গেলেন। যাওয়া মাত্রই কাঁপতে কাঁপতে ভগবানের চরণে পড়লেন ও বললেন হে অচ্যুত! হে অনন্ত! হে ব্রক্ষণ্যদেব, হে প্রভু আমাকে রক্ষা করেন। আপনি আপনার চক্র তে আমাকে বাঁচান আমাকে রক্ষণ করেন।

শ্রী ভগবান বলেছেন— হে ব্রাক্ষণ! তুমি আমাকে ব্রক্ষণ্যদেব বলছ কিন্তু আমি তোমাকে রক্ষা করতে অসমর্থ। “অহং ভক্ত পরাধীনো” আমি নিজেই ভক্তের পরাধীন, ভক্ত আমাকে প্রেম করে আর আমি ভক্তকে। আমার বিন্দু মাত্র স্বাধীনতা নেই। আমি তোমাকে রক্ষা করতে পারব না।

ভগবানের উপদেশানুসার দুর্বাসা মুনি শুদ্ধ ভক্ত অম্বরীষ মহারাজের শ্রীচরণে শরণাগত স্বীকার করলেন তখন সুদর্শন চক্রের অসহ্য তাপ থেকে রক্ষা পেলেন।

দুর্বাসা - হে ব্রক্ষ্মণ্যদেব! আমি উচ্চ শ্রেণীর ব্রাক্ষ্মণ। আপনি আমাকে উপেক্ষা করছেন কেন? আপনিই তো ব্রাক্ষ্মণদের রক্ষক।

শ্রী ভগবান - তুমি আমার ভক্তকে জ্বালিয়ে মারতে চেয়েছ আর আমি তোমাকে রক্ষা করব? আমি আমার ভক্তের শত্রুকে কি করে রক্ষা করব? আমার ভক্ত আমার জন্য স্ত্রী, পুত্র, ধন সম্কত্তি সব ছেড়ে দিয়েছে। হে ব্রাক্ষ্মণ তুমি আমার জন্য কি ছেড়েছ? তুমি অম্বরীষকে বধ করার জন্য কৃত্যাকে ছেড়েছ আর চক্র থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য বিশ্ব পরিক্রমা করেছ ব্রক্ষ্মা, শিবের কাছে গেছ।

দুর্বাসাজী - আপনার ভক্তের প্রতি যদি আমার অপরাধ আপনার চরণের অপরাধ হয় তাহলে আপনিই আমাকে ক্ষমা করে দেন।

শ্রী ভগবান - পায়ে যদি কাঁটা ফোটে সে কাঁটা কি মাথারতে বের করে? যাও অম্বরীষের কাছে গিয়ে ক্ষমা চাও।

দুর্বাসাজী - আপনি অম্বরীষের দোষ দেখলেন না আমার দোষ দেখলেন ও আমাকে নিমন্ত্রণ দিয়ে স্বয়ং ভোজন করে নিয়েছে আমার আগে ভোজন করে ও আমাকে অপমান করেছে।

ভগবান ক্রোধিত হয়ে বললেন - অম্বরীষ আমাকে প্রসন্ন করার জন্য একাদশী ব্রত করেছে, কেবল চরণামৃত গ্রহণ ভোজনের সাথে তুলনা করা যায় না।

দুর্বাসাজী - কোনটা অধিক মহত্বপূর্ণ? একাদশী ব্রতের সময়ানুসার পারন না ব্রাক্ষ্মণের যথাযোগ্য সম্মান?

ভগবান ক্রোধিত হয়ে বললেন যাও অম্বরীষের কাছে জিজ্ঞাসা কর তুমি মর্খূ ধর্মশাস্ত্র ও তত্ত্ব সম্বন্ধে অনভিজ্ঞ অম্বরীষ তোমাকে ধর্ম সম্বন্ধে শিক্ষা দেবে তোমার নিরর্থক প্রশ্ন শোনার সময় আমার নেই কথায় বলে অর্থাৎ আমারই বচন যে জল পান করা ভোজন করাও হয় ও না করাও হয়। এই নিয়ম অনুসার অম্বরীষ ব্রাক্ষ্মণ ও দ্বাদশী দুইকে সম্মান দিয়েছেন। কিন্তু তুমি এসব জান না বলে ক্রুদ্ধ হয়েছ যাও ওর কাছে ওই তোমাকে ক্ষমা করবে আমি ক্ষমা করতে পারব না।

ভগবানের আদেশানুসার দুর্বাসা মুনি সুর্দশন চক্রের জ্বালায় জ্বলতে জ্বলতে অম্বরীষের কাছে এলেন। রাজার চরণ ধরে মুনি বললেন হে রাজন এই চক্রের অসহনীয় তাপ থেকে আমাকে রক্ষা কর।

অম্বরীষ মহারাজ চক্রের স্তুতি করলেন। তার হৃদয় তখন অত্যন্ত দ্রবীভূত হয়েছিল অম্বরীষ মহারাজের অনেক প্রার্থনা স্তুতির পর চক্র শান্ত হল চক্রের তাপ থেকে মুক্ত হয়ে দুর্বাসা ঋষি রাজাকে অনেক আর্শীবাদ করলেন এবং প্রশংসা করলেন।

যখন থেকে সুর্দশন চক্রের দ্বারা ভয়ভীত হয়ে দুর্বাসা মুনি ভাগছিলেন তখন থেকে ফিরে আসা পর্যন্ত এক বছর সময় ব্যতিত হয়ে গিয়েছিল। এই এক বছর পর্যন্ত অম্বরীষ মহারাজ তাহার দর্শনের আশায় কেবলমাত্র জলপান করেই ছিলেন। এখন রাজা মুনিকে ভোজন করিয়ে তৃপ্ত করলেন। দুর্বাসা মুনি ভোজন করে যাওয়ার পর মুনির উচ্ছিষ্ঠ রাজার দ্বারা তা নিবারণ দুটোই রাজা ভগবদ কৃপা বুঝলেন।

দুর্বাসা ঋষি গভীর ভাবে বিচার করলেন যদিও আমি ব্রক্ষ্মবাদী শ্রেষ্ঠ ব্রাক্ষ্মণ তথাপি সুর্দশন সমস্ত ব্রক্ষ্মান্ড আমাকে দৌড় করিয়েছে, না আমি নিজেকে বাঁচাতে পেরেছি না কেউ আমাকে আশ্রয় দিয়েছে। এ অবশ্যই একাদশী ব্রতের শক্তি। এই কথা প্রচার করার জন্য দুর্বাসা ঋষি তপলোকে চলে গেলেন।

রাজা রুক্মাঙ্গাদের কথা

পুরাণে রাজা রুক্মাঙ্গাদের বর্ণনা আছে। রাজা রুক্মাঙ্গাদ সার্বভৌম রাজা ছিলেন। তার ভগবদ ভক্তি ও একাদশী পালনের প্রতি বিশেষ আগ্রহ ছিল। তিনি স্বয়ং একাদশী করতেন এবং রাজ আজ্ঞা দ্বারা সমস্ত প্রজাদের একাদশী করাতেন। রাজার আদেশে সকল রাজ্যবাসী একাদশী ব্রত পালন করে বৈকুন্ঠে গেল আর যমলোক খালি হয়ে গেল। যমরাজ ও চিত্রগুপ্ত নারদের সঙ্গে সত্যলোকে গিয়ে ব্রক্ষ্মাকে সমস্ত বৃতান্ত শোনালেন ব্রক্ষ্মা যমরাজের কথা শুনে খানিকক্ষণ চিন্তিত রইলেন তারপর এক সুন্দর রমনী

সৃষ্টি করলেন। তার নাম মোহিনী দিলেন ও রাজা রুক্মাঙ্গাদকে তার রূপ সৌন্দর্য্যে মোহিত করার আদেশ দিলেন।

মোহিনী রাজার রাজ্যে প্রবেশ করে অপূর্ব রূপ সৌন্দর্য্যে ছটা ছড়িয়ে মধুর স্বরে গান গাইতে লাগল ঐ সময় রাজা প্রজা কল্যাণের উদ্দেশ্যে ঘোড়ায় চড়ে ভ্রমনে বেরিয়েছিলেন। ভ্রমণ করতে করতে তিনি অদ্ভুত সঙ্গীতের সুর শুনলেন। ঐ সুরে আকৃষ্ট হয়ে পশু পক্ষী এ'দিকে দৌড়াচ্ছিল। কৌতুহলবশত রাজাও সেখানে পৌছাল। তিনি গৌরবর্ণা পরমসুন্দরী মোহিনী কে দেখলেন। তার রূপ ও সৌন্দর্য্যে ও সঙ্গীতে মুগ্ধ হয়ে রাজা মোহিনীকে বিবাহের প্রস্তাব দিলেন।

মোহিনী বলল আমি ব্রহ্মার কন্যা আপনার যশ কীর্তি শুনে আপনাকে পতি রূপে পাওয়ার জন্য সঙ্গীত দ্বারা শিবের উপাসনা করছি। কিন্তু আপনাকে বিবাহ করার আগে আমার একটি শর্ত আছে যে আমার সব কথা আপনি শুনবেন। রাজা মোহিনীর হাতে হাত রেখে বললেন মোহিনী তুমি যা ইচ্ছা করবে তাই পূর্ণ করব। একথা শুনে মোহিনী রাজার সাথে রাজধানীতে ফিরে এলেন।

পুত্র ধর্মাঙ্গাদকে রাজ্য ভার দিয়ে তিনি মোহিনীর সাথে থাকতে লাগলেন। এই ভাবে কয়েকবছর কেটে গেল, সুখ বিলাসে মগ্ন থেকেও তিনি একাদশী ব্রত পালন অবহেলনা করেনি। একবার রাজার কার্তিক ব্রত করার ইচ্ছা হল তিনি মোহিনীর কাছ থেকে আদেশ চাইলেন ঠিক ঐসময় রাজার পুত্র ঘোষণা করলেন যে আগামীকাল একাদশী ব্রত সব প্রজারা পালন করবে। ইহা শ্রবণ করে রাজা মোহিনীকে বললেন মোহিনী তোমার ইচ্ছানুসার আমি বড় রাণী সন্ধ্যাবলীকে কার্তিক ব্রত পালনে নিযুক্ত করেছি কিন্তু একাদশী ব্রত আমি স্বয়ং করব। তুমিও সংযম পুর্বক আমার সাথে এ ব্রত পালন কর।

তখন মোহিনী রাজাকে স্মরণ করিয়ে দিল যে আপনি আমার সব ইচ্ছা পূরণের শপথ নিয়েছেন'। রাজা বললেন অবশ্যই করব তুমি বল'। উত্তরে মোহিনী বলল আমার ইচ্ছা আপনি একাদশী ব্রত করবেন না, আমার সাথে ভোজন করবেন'। রাজা বললেন, মোহিনী! আমার ব্রত ভঙ্গ কোরো না, আমি তোমার অন্য যে কোন ইচ্ছা পূরণ করব'। একাদশী ব্রত পালনের প্রচার আমি স্বয়ং করেছি, আমি কি করে তা ভঙ্গ করব? এ সম্ভব না।

রাজার উত্তর শুনে মোহিনী অত্যন্ত ক্রোধিত হয়ে ব্যঙ্গ করে বলল যদি ব্রত ভঙ্গ না কর তবে প্রতিজ্ঞা ভঙ্গ হবে এবং নরকবাস হবে আর আমিও আপনাকে ছেড়ে চলে যাব। ঠিক ঐসময় ধর্মাঙ্গাদ ওখানে উপস্থিত ছিলেন এবং মোহিনীর সব কথা শুনলেন। রাজা রুক্মাঙ্গাদ উত্তেজিত হয়ে বললেন, মোহিনী থাকে আর না থাকুক মরুক ও বাঁচুক আমি একাদশী

ব্রতের থেকে বিরত হব না।

ধর্মাঙ্গাদ নিজের মা সন্ধ্যাবলীকে নিয়ে আসে মোহিনীর কাছে মোহিনীকে বোঝানোর জন্য অনেক অনুনয় বিনয় করার পরও মোহিনী নিজের শর্তে অটল রইল মোহিনী বলল রাজা যদি একাদশীতে ভোজন না করে তবে তার প্রিয় পুত্রের মস্তক ছেদন করে আমাকে প্রদান করবে'। একথা শুনে সন্ধ্যাবলী কাপতে লাগল ও কিছুক্ষণ পরে নিজেকে সামলিয়ে রাজাকে বলল ধর্মহানি থেকে পুত্রের প্রাণ নাশই কল্যাণ। পুত্রের উপর মায়ের স্নেহ অধিক কিন্তু আপনার প্রতিজ্ঞা ভঙ্গা হওয়াতে ধর্মের হানি এই আশঙ্কায় আমি পুত্র মোহ তিলাঞ্জলি দিলাম। আপনিও স্নেহ মমতা পরিত্যাগ করে পুত্রকে বলি দেন। ঐসময় রাজপুত্র ধর্মাঙ্গাদ একটি ধার তলোয়ার রাজার হাতে তুলে দিয়ে বলল পিতাজী দেরী না করে আপনার প্রতিজ্ঞা রক্ষার্থে আমাকে বধ করেন'। মোহিনী পুনরায় বলল—হয় একাদশীতে ভোজন কর আর না হয় তো পুত্র বধ কর রাজা হাতে তলোয়ার তুলে নিলেন ধর্মাঙ্গাদও বলির জন্য প্রস্তুত হলেন। পৃথিবী কম্পিত হল, সমুদ্রে জোয়ার এল ঐসময় ভগবান শ্রী হরি সেখানে প্রকট হলেন তিনি রাজার হাত থেকে তলোয়ার নিয়ে নিলেন আর বললেন—রাজন! আমি তোমার ব্রত পালনের দৃঢ়তা দেখে অতি প্রসন্ন হয়েছি। তুমি, স্ত্রী, পুত্র আমার সাথে বৈকুন্ঠে ধামে গমন করো। শ্রী হরি রাজাকে স্কর্শ করে অদৃশ্য হয়ে গেলেন।

जब राजा रुक्मांगद अपने बेटे राजपुत्र धर्मांगद को मारने के लिए उद्यत हो गये, तब रानी संध्यावली व्याकुल होकर बेहोश हो गयी।

একাদশী তত্ত্ব

পদ্মপুরাণে শ্রীব্যাসদেব জেমিনী ঋষি সংবাদ এ বলেছে পুরুষোত্তম শ্রী ভগবান গরুড়ের পর আরোহন করে যমপুরে গেছিলেন যমরাজের সঙ্গে। কথোপকথন করার সময় তিনি ক্রন্দনের আওয়াজ শুনতে পেলেন এবং তার কারণ জিজ্ঞাসা করলেন। যমরাজ উত্তরে বলল, “হে দেব! মর্তের পাপী জীব নিজ পাপকর্ম দোষে অত্যন্ত দুঃখজনক নরক যন্ত্রণা ভোগ করছে। এ ক্রন্দন ধ্বনি তাদেরই।”

একথা শুনে শ্রীকৃষ্ণ ঐ প্রাণীদের দেখতে গেলেন। ঐ পাপীদের অসহ্য যন্ত্রণায় পীড়িত দেখে তাঁর হৃদয় করুণায় বিগলিত হল। তিনি চিন্তা করতে লাগলেন, “যে এতো আমারই সৃষ্ট প্রজা। এদের পাপ নিবারণের জন্য আমাকেই কিছু করতে হবে।” এই ভেবে তিনি স্বয়ং একাদশী তিথি রূপ ধারণ করলেন। ঐ সমস্ত পাপীদের একাদশী ব্রত করালেন। তার প্রভাবে সব পাপী পাপমুক্ত হয়ে পরমধাম বৈকুণ্ঠে গমন করেছে। এই জন্য হে বৎস জেমিনী! তুমি একাদশী তিথিকে শ্রী বিষ্ণুর মর্তিূ বলে জানবে। একাদশী সমস্ত সুকর্মের মধ্যে শ্রেষ্ঠ ও সমস্ত ব্রতের মধ্যে উত্তম।

করুণামময় ভগবান শ্রীকৃষ্ণ এক সময় বিচার করলেন, “যে আমাকে ভুলে যাওয়ার জন্য প্রাণী দুঃখ কষ্ট ভোগ করে। এরা পতিত এবং অসহায়। এদের আমার ধামে কি করে আনতে পারব।” এই চিন্তা করে তিনি স্বয়ং একাদশী তিথি ধারণ করেন। সকল প্রকার চিন্ময় সময় শ্রীকৃষ্ণেরই অর্ন্তগত। যেমন শ্রীমতী রাধিকা শ্রীকৃষ্ণের প্রকাশ ও তাঁর বাম অঙ্গ থেকে প্রকট হয়েছেন। শ্রীকৃষ্ণ স্বয়ং একাদশী রূপ ধারণ করার জন্য একে মাধব তিথি বলা হয় ও ভক্তির জন্মদাত্রী। একাদশীর দিন শ্রীকৃষ্ণ এই ধরাধামে আসেন ও যারা এই ব্রত পালন করেন তাদের বিশেষ কৃপা দান করেন।

কিছু সময় ব্যতীত হওয়ার পর পাপপুরুষ শ্রীকৃষ্ণের নিকট গিয়ে হাত জোড় করে দীনতাপূর্বক প্রার্থনা করলেন ও বলল, “আপনার দ্বারা পাপ বিনাশক একাদশী সৃষ্টি করাতে আমি ক্ষীণ হয়ে যাচ্ছি, কারণ যারা এই ব্রত পালন করে, তাদের উপর আমার প্রভাব পরে না। তাহলে আমি জগতে কিসে আশ্রয় করে বর্তমান থাকব? হে কেশব! একাদশী তিথির ভয় থেকে আমাকে রক্ষা করেন।”

শ্রী ভগবান একটু হেসে ঐ পাপ পুরুষকে বললেন, "আহা! তুমি দুঃখ করো না। ত্রিভুবন পবিত্রকারীনী একাদশীর দিন তুমি পঞ্চশষ্য (গম, যব, ধান, কলাই ডাল, রাই, তিল ইত্যাদি) তে নিবাস কর। আমি তোমাকে এই স্থান দিলাম, যে একাদশীর দিন অন্ন ভোজন করে সে ব্রহ্মহত্যাদি** পাপের মত ভয়ংকর পাপ ভোজন করে ও পিতরের সাথে নরকবাস করে একাদশীর দিন অন্ন দান করবে না আর কারোকে অন্ন ভোজন করাবে না। এ রকম ব্যক্তিও পাপের ভাগী হয়।"

একাদশী ব্রত নিত্য এবং সর্বদা পালনীয়। এ নয় যে কখনও একাদশী করলাম আর কখনও ছেড়ে দিলাম। এর প্রয়োজনীয়তার প্রধান কারণ যে এতে শ্রীকৃষ্ণে সন্তোষ বিধান হয়। শ্রীরূপ গোস্বামী পাদ ভক্তির চৌষট্টি অংগের মধ্যে 'একাদশী ব্রত পালন' আবশ্যকতা বলেছেন। প্রত্যেক মাসে কৃষ্ণ ও শুক্লপক্ষের একাদশী দিবসে একাদশী তিথি হয়। এছাড়া আড়াই বছরে অধিক মাস বা পুরুষোত্তম মাসে দুই একাদশী হয়।

কখনও বিশেষ যোগের কারণ মহাদ্বাদশী উপস্থিত হয়। এরকম হলে একাদশীর পরিবর্তে মহাদ্বাদশী ব্রতপালন করতে হয়।

একাদশী ব্রত তালিকা

মাসের নাম	পক্ষের নাম	একাদশীর নাম
বৈশাখ	কৃষ্ণ	বরুথিনী
বৈশাখ	শুক্ল	মোহিনী
জৈষ্ঠ্য	কৃষ্ণ	অপরা
জৈষ্ঠ্য	শুক্ল	নির্জলা
আষাঢ়	কৃষ্ণ	যোগিনী
আষাঢ়	শুক্ল	শয়নী
শ্রাবণ	কৃষ্ণ	কামিকা
শ্রাবণ	শুক্ল	পবিত্রারোপনী
ভাদ্র	কৃষ্ণ	অন্নদা
ভাদ্র	শুক্ল	পার্শ্বৈকাদশী
আশ্বিন	কৃষ্ণ	ইন্দিরা
আশ্বিন	শুক্ল	পাপাঙ্কুশা বা পাশাঙ্কুষা
কার্তিক	কৃষ্ণ	রমা
কার্তিক	শুক্ল	উত্থান একাদশী বা প্রবোধনী
অগ্রহায়ণ	কৃষ্ণ	উৎপন্না
অগ্রহায়ণ	শুক্ল	মোক্ষদা
পৌষ	কৃষ্ণ	সফলা
পৌষ	শুক্ল	পুত্রদা
মাঘ	কৃষ্ণ	ষট্‌তিলা
মাঘ	শুক্ল	ভৈমী
ফাল্গুন	কৃষ্ণ	বিজয়া
ফাল্গুন	শুক্ল	আমলকী
চৈত্র	কৃষ্ণ	পাপমোচনী
চৈত্র	শুক্ল	কামদা
পুরুষোত্তম মাস	কৃষ্ণ	কমলা
পুরুষোত্তম মাস	শুক্ল	কামদা

মহাদ্বাদশী

উন্মীলনী ব্যাঞ্জুলী চ ত্রিস্পৃশা পক্ষবৰ্দ্ধিনী।
জয়া চ বিজয়া চৈব জয়ন্তী পাপনাশিনী ॥
দ্বাদশ্যোষ্টৌ মহাপূণ্যাঃ সর্বপাপহরা দ্বিজ।
তিথি যোগেন জায়ন্তে চতস্রশ্চ্রপরাস্থতা।
নক্ষত্র যোগাচ্চ বলাত্‌পাপ প্রশময়ন্তি তাঃ ॥

হরিভক্তিবিলাস (১৩/২৬৫-২৬৬)

হে দ্বিজ উন্মীলনী, ব্যাঞ্জুলী, ত্রিস্পৃশা, পক্ষবৰ্দ্ধিনী, জয়া, বিজয়া, জয়ন্তী ও পাপনাশিনী এই অষ্ট দ্বাদশী মহা পবিত্র ও নিখিল পাপ হরণ কারী। এদের মধ্যে প্রথম চার যোগ অর্থাৎ একাদশী দ্বাদশীর বিশেষ যোগ থেকে তথা অন্য চার বিশেষ নক্ষত্র যোগ উপস্থিত হলে সৃষ্টি হয়।

একাদশী ব্রতপালন

এই হিসাবে আমরা দেখি যে একাদশী ব্রতপালন শ্রীহরির প্রিয় ও ভক্তি জন্মদাতা। আর এক একাদশীর দিন সমস্ত প্রকার ভয়ংকর পাপ আনাজে অবস্থান করে। এইজন্য ঐ দিন অন্ন গ্রহণ করা আর পাপ গ্রহণ করা সমান।

এখন কথা হচ্ছে কি বৈষ্ণব কেবল শ্রী কৃষ্ণ নিবেদিত মহাপ্রসাদ গ্রহণ করে। মহাপ্রসাদ সমস্ত প্রকার পাপ থেকে নির্মুক্ততথা বিশুদ্ধ হয় তাহলে প্রসাদ গ্রহণ করলে ক্ষতি কি? উত্তরে বলা হয়েছে শ্রীকৃষ্ণের প্রীতিলাভ করাই একাদশী ব্রতের মুখ্য উদ্দেশ্য। পাপ ভক্ষণ হল কি না হল এসব চিন্তা করে নিজের অমঙ্গাল দুঃখ ও সু খের ভাবনা করা এক বৈষ্ণবের কর্তব্য না। বৈষ্ণবের কতর্ব ্য ভগবান শ্রীকৃষ্ণের প্রীতি কিসে হয় যেই কর্ম করা নিজের মঙ্গাল অমঙ্গাল চিন্তা না করে। এই বিষয়ে চৈতন্য মহাপ্রভু একটি আর্দশ প্রস্তুত করেছেন- মহাপ্রভু মহাপ্রসাদকে শ্রী কৃষ্ণের সাক্ষাৎ অধরামৃত জেনে বিশেষ প্রীতিপূর্বক গ্রহণ করতেন। বলতেন মহাপ্রসাদ প্রাপ্ত হতেই সঙ্গো সঙ্গো গ্রহণ কর।

এক সময় একাদশীর দিন গোপীনাথ সার্বভৌম ভট্টাচার্যের সাথে উপস্থিত হলেন যার মধ্যে বিভিন্ন প্রকার অন্ন ব্যঞ্জনাদি শ্রী জগন্নাথদেবের মহাপ্রসাদ। মহাপ্রভুর সাথে স্বরূপ দামোদর, রায় রামানন্দ বক্রেশ্বর তথা অনেক ক্ষেত্রবাসী ভক্তগণ বসেছিল।

একদিন গৌরহরি, শ্রীগুন্ডিচা পরিহরি',
'জগন্নাথবল্লভে' বসিলা।
শুদ্ধা একাদশীর দিনে, কৃষ্ণনাম সংকীর্তনে,
দিবস রজনী কাটাইলা ॥

সঙ্গে স্বরূপদামোদর, রামানন্দ, বক্রেশ্বর
আর যত ক্ষেত্রবাসীগণ ॥
প্রভু বলে,—“একমনে, কৃষ্ণনাম-সংকীর্তনে,
নিদ্রাহার করিয়ে বর্জন ॥
কেহ কর সংখ্যানাম, কেহ দন্ড পরনাম,
কেহ বল রামকৃষ্ণকথা।”
যথা তথা পড়ি’ সবে, ‘গোবিন্দ’ ‘গোবিন্দ’ রবে,
মহাপ্রেমে প্রমত্ত সর্ব্বথা** ॥
হেন কালে গোপীনাথ, পড়িছা সার্বভৌমসাথ,
গুন্ডিচা-পসাদ লঞা** আইল।
অন্নব্যঞ্জন, পিঠা, পানা, পরমান্ন, দধি, ছানা,
মহাপ্রভু-অগ্রেতে ধরিল।
প্রভুর সাজ্ঞায় সবে, দন্ডবৎ পড়ি’ তবে,
মহাপ্রসাদ বন্দিয়া বন্দিয়া।
ত্রিযামা রজনী সবে, মহাপ্রেম মগ্নভাবে,
অকৈতবে নামে কাটাইয়া ॥
প্রভু-আজ্ঞা শিরে ধরি’, প্রাতঃস্নান সবে করি’
মহাপ্রসাদ সেবায় পারণ।
করি’ হৃষ্ঠ চিত্ত সবে, প্রভুর চরণে তবে,
করযোড়ে করে নিবেদন ॥
“সর্ব্বব্রত-শিরোমণি, শ্রীহরিবাসরে জানি,
নিরাহারে করি জাগরণ।
জসন্নাথ-প্রসাদান্ন, ক্ষেত্রে সর্ব্বকালে মান্য,
পাইলেই করিয়ে ভক্ষণ ॥
এ সংকটে (সঙ্কটে) ক্ষেত্রবাসে, মনে হয় বড় ত্রাসে,
স্পষ্ট** আজ্ঞা করিয়ে প্রার্থনা।
সর্ব্বেবেদ** আজ্ঞা তব, যাহা মানে ব্রহ্মা শিব,
তাহা দিয়া ঘুচাও যাতনা ॥”

শ্রীমহাপ্রভু বিচার

প্রভু বলে,—‘ভক্তি-অংগে (অঙ্গে**), একাদশী-মান-ভঙ্গে,
সর্বনাশ উপস্থিত হয়।
প্রসাদ পূজন করি’, পরদিনে পাইলে তরি,
তিথি পরদিনে নাহি রয় ॥
শ্রীহরিবাসর-দিনে, কৃষ্ণনামরসপানে,
তৃপ্ত হয় বৈষ্ণব সুজন।

অন্য রস নাহি লয়, অন্য কথা নাহি কয়,
সর্বভোগ করয়ে বর্জন (বর্জ্জন**) ॥
প্রসাদ ভোজন নিত্য, শুদ্ধ বৈষ্ণবের কৃত্য,
অপ্রসাদ না করে ভক্ষণ।
শুদ্ধা একাদশী যবে, নিরাহার থাকে তবে,
পারনেতে প্রসাদ ভোজন ॥
অনুকল্পস্থানমাত্র, নিরন্ন প্রসাদপাত্র,
বৈষ্ণবকে জানিহ নিশ্চিত।
অবৈষ্ণব জন যা'রা, প্রসাদ-ছলেতে তা'রা,
ভোগে হয় দিবানিশি রত।
পাপপুরুষের সঙ্গে, অন্নাহার কর রঙ্গে,
নাহি মানে হরিবাসর-ব্রত ॥
ভক্তি অঙ্গ সদাচার, ভক্তির সম্মান কর,
ভক্তি-দেবী-কৃপা-লাভ হবে।
অবৈষ্ণবসঙ্গ ছাড়, একাদশীব্রত ধর,
নাম-ব্রতে একাদশী তবে ॥
প্রসাদসেবন আর শ্রীহরিবাসরে
বিরোধ না করে কভু বুঝাহ অন্তরে ॥
এক অঙ্গ মানে, আর অন্য অঙ্গে দ্বেষ (দ্বেষ**) ।
যে করে নির্বোধ (নির্ব্বোধ**) সেই, জানহ বিশেষ ॥
যে অঙ্গের যেই দেশকালবিধিব্রত।
তাহাতে একান্তভাবে হও ভক্তিরত ॥
সর্ব অঙ্গের অধিপতি ব্রজেন্দ্রনন্দন।
যাহে তেঁহ তুষ্ট তাহা করহ পালন ॥
একাদশী-দিনে নিদ্রাহার বিসর্জন (বিসর্জ্জন**)।
অন্য দিনে প্রসাদ নির্মাল্য সুসেবন ॥"

শ্রীনামভজন ও একাদশী এক

শ্রীনাম ভজন আর একাদশী ব্রত।
একতত্ত্বনিত্য জানি হয়ে তাহে রত ॥

(শ্রীপ্রেমবিবর্ত)

প্রভু আদেশে সবাই মহাপ্রসাদকে দন্ডবত প্রণাম করলেন। সমস্ত রাত কীর্তনে ব্যতিত করে প্রাতকালে স্নান সেরে মহাপ্রসাদ দ্বারা বত পারণ করলেন। তারপর সকলে প্রফুল্লিত চিত্তে হাত জোর করে মহাপ্রভুকে বললেন সর্বব্রত শিরোমণি একাদশীর দিন নিরাহার থেকে রাত্রি জাগরণ করতে হয়। এবং শ্রী জগন্নাথের মহাপ্রসাদ পেতেই সঙ্গে সঙ্গে ভক্ষণ করতে হয়। এই

রকম আদেশ আছে আমরা এর মধ্যে কোনটা পালন করব? এই বিষয়ে বেদের আদেশ কি? আপনি এর স্পষ্টীকরণ করে দ্বিধাময় সংকট থেকে আমাদের নিস্তার করেন।

প্রভু বললেন ভক্তির অঙ্গ একাদশী ভঙ্গ করাতে সর্বনাশ হয়। মহাপ্রসাদ পূজা করে পরের দিন পেতে হয়। ভক্তির সমস্ত অঙ্গের অধিপতি স্বয়ং ব্রজেন্দ্রনন্দন, তিনি যাতে সন্তুষ্ট হন সেটাই পালন কর। একাদশীর দিন নিদ্রা ও আহার পরিত্যাগ করো ও অন্যন্ন দিনে নির্মাল্য প্রসাদ সেবন করো। একাদশী ব্রত ও নাম ভজন একই তত্ত্ব জেনে তাহাতে অনুরক্ত হয়ে যাও।

একাদশী ব্রতের নিয়ম

শুদ্ধ একাদশীর নাম হরিবাসর। দশমীযুক্ত একাদশী ত্যাগ করা উচিত, মহাদ্বাদশী উপস্থিত হলে একাদশী ছেড়ে দ্বাদশী পালন করতে হয়। পূর্বদিন ব্রক্ষ্মচর্য পালন, একাদশীর দিন নির্জল উপবাস, রাত্রি জাগরণ ও নিরন্তর ভজন কীর্তন, পরের দিন ও ব্রক্ষ্মচর্য পালন ও উপযুক্ত সময়ে পারণ করাই হরিবাসরকে সম্মান করা হয়। সামর্থ্যহীন ও শক্তিহীন অবস্থার বিকল্প ** ব্যবস্থা আছে। ফল, দুগ্ধ, জল, ঘৃত, পঞ্চগব্য অথবা বায়ু এসব বস্তু একের থেকে এক শ্রেষ্ঠ। মহাভারত 'উদ্দোগ পর্ব' অনুসার জল, মূল, ফল, দুধ, ঘৃত গুরুবচন ও ঔষধ এসবে ব্রত নষ্ট হয় না। বিকল্পে কেবল ফলাহার ব্যবস্থা আছে। অতএব নিজের একাদশ (পাঁচ কর্মেন্দ্রিয়, পাঁচ জ্ঞানেন্দ্রিয় এক মন) ইন্দ্রিয় সংযমিত করে একাদশী পালন করবেন।

একাদশী তিথির নির্ণয়

শ্রী চৈতন্য চরিতামৃতে মধ্যলীলায় সনাতন শিক্ষার অর্ন্তগত মহাপ্রভু বলেছেন—

একাদশী, জন্মাষ্টমী, বামনদ্বাদশী।
শ্রী রাম নবমী আর নৃসিংহ চর্তুদশী॥
এই সবে বিদ্যা ত্যাগ অবিদ্যাকরণ।
অকরণে দোষ,কৈলে ভক্তির লংভন॥

(শ্রী চৈতন্য চরিতামৃত ২৪/৩৪১-৩৪২)

একাদশীর অরুণোদয় কাল অর্থাৎ সূযোর্দ য়ের পূর্বে এক ঘন্টা ছত্রিশ মিনিটের মধ্যে যদি দশমী কিঞ্চিত স্পর্শ করে তাহলে এই একাদশী করা নিষেধ। যদি একাদশীর শেষভাগে দ্বাদশী শুরু হয় তাহলে কোন দোষ হয় না। এটাই পালন করতে হয়। অধিক জানতে হলে 'শ্রী হরি ভক্তিবিলাস' গ্রন্থে ১২-১৩ অধ্যায় দ্রষ্টব্য।

একাদশী কীর্তন

শ্রীহরি বাসরে হরি-কীর্তন বিধান।
নৃত্য আরম্ভিলা প্রভু জগতের প্রাণ॥
পুণ্যবন্ত শ্রীবাস-অঙ্গনে শুভারম্ভ।
উঠিল কীর্তন ধ্বনি 'গোপাল' 'সোবিন্দ'॥
মৃদঙ্গ-মন্দিরা** বাজে শঙ্খ-করতাল।
সংকীর্তন-সঙ্গে সব হইল মিশাল॥
ব্রহ্মান্ড ভেদিল ধ্বনি পুরিয়া আকাশ।
চৌদিকের অমঙ্গল যায় সব নাশ॥
ঊষঃকাল হইল নৃত্য করে বিশ্বম্ভর।
যূথ যূথ হইল যত গায়ণ সুন্দর॥
শ্রীবাস-পন্ডিত লইয়া এক সম্প্রদায়।
মুকুন্দ লইয়া আর জন-কত গায়॥
লইয়া গোবিন্দ ঘোষ আর কত জন।
গৌরচন্দ্র-নৃত্যে সবে করেন কীর্তন॥
ধরিয়া বলেন নিত্যানন্দ মহাবলী।
অলক্ষিতে অদ্বৈত লয়েন পদধুলি॥
গদাধর আদি যত সজল-নয়নে।
আনন্দে বিহ্বল হইল প্রভুর কীর্তনে॥
যখন উদ্দন্ড নাচে প্রভু বিশ্বম্ভর।
পৃথিবী কম্পিত (কম্পিত**) হয়, সবে পায় ডর॥
কখনো বা মধুর নাচয়ে বিশ্বম্ভর।
যেন দেখি নন্দের নন্দন নটবর॥
অপরূপ কৃষ্ণবেশ, অপরূপ নৃত্য।
আনন্দে নয়ন-ভরি' দেখে সব ভৃত্য॥
নিজানন্দে নাচে মহাপ্রভু বিশ্বম্ভর।
চরণের তাল শুনি অতি মনোহর॥
ভাব-ভরে মালা নাহি রহে গলায়।
ছিন্ডিয়া পড়য়ে গিয়া ভকতের পায়॥
চর্তুদিকে শ্রীহরি-মঙ্গল-সংকীর্তন।
মাঝে নাচে জগন্নাথ-মিশ্রের নন্দন॥
যাঁর নামানন্দে শিব বসন না জানে।
যাঁর যশে নাচে শিব, সে নাচে আপনে॥
যাঁর নামে বাল্মীকি হইলা তপোধন।
যাঁর নামে অজামিল পাইল মোচন॥

যাঁর নাম শ্রবণে সংসার-বন্ধ ঘুচে।
হেন প্রভু অবতরি' কলিযুগে নাচে॥
যাঁর নাম গাই', শুক নারদ বেড়ায়।
সহস্র-বদন প্রভু যাঁর গুন গায়॥
সর্ব-মহা-প্রায়শ্চিত্ত যে প্রভুর নাম।
সে প্রভুনাচয়ে দেখে যত ভাগ্যবান॥
প্রভুর আনন্দ দেখি' ভাগবত গন।
অন্যোন্য গলা ধরি করয়ে ক্রন্দন॥
সবার অঙ্গেতে শোভে শ্রীচন্দন-মালা।
আনন্দে গায়েন কৃষ্ণ-রসে হই' ভোলা॥
যতেক বৈষ্ণব সব কীর্তন-আবেশে।
না জানে আপন দেহ, অন্য জন কিসে॥
জয়-কৃষ্ণ-মুরারী-মুকুন্দ বনমালী।
অহর্নিশ গায় সবে হই' কুতুহলী॥
অহর্নিশ ভক্ত সঙ্গে নাচে বিশ্বম্ভর।
শান্তি নাহি কারো, সবে সত্য-কলেবর॥
এই মত নাচে মহাপ্রভু বিশ্বম্ভর।
নিশি অবশেষ মাত্র সে এক প্রহর॥
এই মত আনন্দ হয় নবদ্বীপ-পুরে।
প্রেমরসে বৈকুণ্ঠের নায়ক বিহরে॥
এ সকল পুণ্য কথা যে করে শ্রবণ।
ভক্ত সঙ্গে গৌরচন্দ্র রহু তা'র মন॥
শ্রীকৃষ্ণচৈতন্য-নিত্যানন্দচাঁদ যান।
বৃন্দাবন-ধাম তছু পদযুগে গা'ন॥

(শ্রী চৈতন্য ভাগবত)

অনুকূল গ্রহণ-বাচিক ও মানসিক (একাদশী-কীর্তন)

শুদ্ধ ভকত-, চরণ-রেণু,
ভজন অনুকূল।
ভকত সেবা, পরম সিদ্ধি,
প্রেমলতিকার মূল ॥১॥
মাধব-তিথি, ভক্তি জননী,
যতনে পালন করি।
কৃষ্ণ বসতি, বসতি বলি',
পরম আদরে বরি ॥২॥

গৌর আমার, যে সব স্থানে,
করল ভ্রমণ রঙ্গে।
যে সব স্থান, হেরিব আমি,
প্রণয়ি-ভক্ত-সঙ্গে॥
মৃদঙ্গবাদ্য, শুনিতে মন,
অবসর সদা যাচে।
গৌর-বিহিত, কীর্ত্তন শুনি’,
আনন্দে হৃদয়ে নাচে ॥৪॥
যুগল মূর্ত্তি, দেখিয়া মোর,
পরম আনন্দ হয়।
প্রসাদ-সেবা, করিতে হয়,
সকল প্রপঞ্চ-জয় ॥৫॥
যেদিন গৃহে, ভজন দেখি,
গৃহেতে গোলোক ভায়।
চরণসীধু, দেখিয়া গঙ্গা,
সুখ না সীমা পায় ॥৬॥
তুলসী দেখি, জুড়ায় প্রাণ,
মাধব তোষণী জানি’।
গৌর-প্রিয়, শাক সেবনে,
জীবন সার্থক মানি ॥৭॥
ভকতিবিনোদ, কৃষ্ণ-ভজনে,
অনুকূল পায় যাহা।
প্রতি দিবসে, পরম সুখে,
স্বীকার (স্বীকার) করয়ে তাহা ॥৮॥**

(শ্রী ভক্তি বিনোদ ঠাকুর)

অনুবাদ—শুদ্ধ ভক্তের চরণ রজই ভজনের অনুকূল। ভক্তের সেবাই পরম সিদ্ধি তথা প্রেমরূপী লতার মলূ মূল। মাধব তিথি একাদশী ভক্তির জন্ম দেয় তথা এতে কৃষ্ণের নিবাস। এই জেনে পরম যত্নে বরণ করে পালন করি। আমার গৌর সুন্দর যে যে স্থানে আনন্দপূর্বক ভ্রমণ করেছেন, আমিও প্রেমী ভক্তের সঙ্গে ঐ সব স্থান দর্শন করব। মদৃ ঙ্গের মধুর ধ্বনি শোনার জন্য আমার মন সর্বদা লালায়িত হয় এবং গৌরসুন্দর সম্বন্ধিত কীর্তন শুনেও আনন্দে আমার হৃদয় নাচতে থাকে। যুগল মূর্তি দর্শনে পরম আনন্দ প্রাপ্ত হয়। মহাপ্রসাদ সেবন করলে মায়াকেও জয় করা যায়।

যেদিন ঘরে ভজন কীর্তন হয়, ঐ দিন ঘর সাক্ষাৎ গোলক হয়ে যায়। শ্রীভগবানের চরণামৃত ও শ্রী গঙ্গাজী দর্শনে তো সুখের সীমা থাকে না

তথা মাধব প্রিয়া তুলসীজীর দর্শন ত্রিতাপ থেকে দগ্ধ হৃদয় সুশীতল হয়ে যায়। গৌর সুন্দরের প্রিয় সাগ আস্বাদন করাই আমি জীবন সার্থক মনে করি। কৃষ্ণ ভজনের অনকূ ল জীবন নির্বাহের জন্য যা কিছু পাওয়া যায়। তাহাই ভক্তি বিনোদ ঠাকুর সুখাপূর্বক গ্রহণ করেন।

একাদশীর উপর শ্রীল গুরুদেব দ্বারা প্রদত্ত প্রবচন সূচী

০৪/০৭/১৯৯৪	*শ্রী কেশবজী গৌড়ীয় মঠ, মথুরা*	একাদশী কথা
০৫/০৬/১৯৯৮	*লস এঞ্জেলস, ক্যালিফোর্ণিয়া*	একাদশী একটি দিন নয়, স্বয়ং শ্রীকৃষ্ণ।
১৩/০৫/২০০০	*হাওয়াই দ্বীপ*	একাদশী ব্রত
২০০১	*টেকসাস*	একাদশী সমস্ত কামনা পূর্ণ করে ।
২২-২৪/০৮/২০০১	*শ্রী কেশবজী গৌড়ীয় মঠ, মথুরা*	অম্বরীষ মহারাজের মহিমা
২৩/০২/২০০২	*অস্ট্রেলিয়া*	মাধব তিথি
২৭/০৫/২০০৭	*টেকসাস*	রাজা রুক্মাঙ্গদ কথা

অন্ন গ্রহন না করার বৈজ্ঞানিক কারণ

প্রত্যেক মাসের কৃষ্ণ ও শুক্লপক্ষের একাদশী থেকে পূর্ণিমা ও একাদশী থেকে অমাবস্যা পর্য্যন্ত সমুদ্রে প্রচন্ড জোয়ার আসে ঢেউ অনেক উঁচুতে ওঠে। এর কারণ এই পাঁচ দিনে চন্দ্রমা পৃথিবীর নিকটে আসে ও জল আকর্ষিত করে নিজের দিকে টানে। মনুষ্য শরীরেও প্রায় ৯০ প্রতিশত তরল আছে। এই জলের উপরও উপযুক্ত দিনে চন্দ্রমার প্রভাব পরে, অন্ন গ্রহণ করলে অন্ন এই জলকে শোষণ করে নেয়, ও চন্দ্রমা দ্বারা জল আর্কষণ করার জন্য রোগ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। মনুষ্য শরীর মেশিনের সমান, আমরা দিনে তিনবার ভোজন করি যার জন্য এই মেশিনের বিশ্রাম হয় না। এই জন্য একাদশীর দিন ভোজন না করাতে শরীরের বিশ্রাম হয় ও নাম ভজনের জন্য অনেক সময় পাওয়া যায় এবং ভক্তি দৃঢ় হয়।

(শ্রীল ভক্তিবেদান্ত নারায়ণ গোস্বামী মহারাজ,
হাওয়াই, ১৩ মে ২০০০)

অপরা একাদশী

এই জ্যৈষ্ঠ কৃষ্ণ পক্ষীয় 'অপরা' নামক একাদশী ব্রতের কথা ব্রহ্মান্ড পুরাণে যুধিষ্ঠির শ্রীকৃষ্ণ সংবাদে বর্ণিত আছে।

এই গ্রন্থে এই প্রকার বর্ণনা আছে যে এক বার মহারাজ যুধিষ্ঠির ভগবান শ্রীকৃষ্ণকে জিজ্ঞাসা করলেন—'হে জর্নাদন! জ্যৈষ্ঠ কৃষ্ণ পক্ষীয় একাদশীর কি নাম ও এই ব্রতের কি মহিমা আপনি কৃপা করে আমাকে বলেন।'

মহারাজ যুধিষ্ঠিরের প্রশ্নের উত্তরে ভগবান শ্রীকৃষ্ণ বললেন—'মহারাজ যুধিষ্ঠির! লোকের কল্যাণের জন্য আপনি খুব ভালো প্রশ্ন করেছেন। সত্যিই এ একাদশী খুবই পুণ্যদায়ক ও বড় বড় পাপ নষ্ট করে। এ একাদশী অসীম ফল প্রদান করে। এই জন্য এই একাদশীও নাম 'অপরা'।

দেবপুরাধিপতি মহাভাগবত মহারাজ রুক্মাঙ্গদ নিজের রাজ্যে একটি সুন্দর পুষ্পোদ্যান লাগিয়েছেন। এই উদ্যান এতই মনোরম ছিল যে লোকেদের জন্য এ এক দর্শনীয় স্থান। ঐ বাগানে লোক এসে ফোটা ফুল ছিড়ে নিয়ে যেত। পরিণামস্বরূপ রাজার একটাও ফুল মিলত না। ফুলের অভাবে উদ্যান উজাড় হয়ে যেত। উদ্যানের এরকম দুর্দশা দেখে রাজা দুঃখিত হলেন। রাজা পাহাড়াদারের সংখ্যা বাড়িয়ে দিলেন। লোকেরা ফুল তোলা বন্ধ করল কিন্তু ফুল চুরি হতে থাকল। পাহারাদার লাগিয়ে কোন ফল হল না। এছাড়া রাজা অন্যান্য উপায় করলেন কিন্তু কোন প্রভাব পড়ল না কারণ ফুল চুরি তো মনুষ্য করত না যে ধরা পড়বে। এরা ছিল স্বর্গের দেব-দেবী ও অপ্সরা, এই জন্য ধরা পড়ত না।

অবশেষে রাজা কুলপুরোহিতের সাথে এই সমস্যার সমাধানের জন্য কিছু করার জন্য প্রার্থনা করলেন। কুলপুরোহিত এর সমাধান বললেন, যে যদি সন্ধ্যাকালে উদ্যানের সব গাছের আসে পাশে ভগবান বিষ্ণুর চরণামৃত ও বিগ্রহের গলার প্রসাদী মালার ফুল ও ভগবানের চরণের পুষ্পে ছড়িয়ে দেওয়া যায় তাহলে চোরকে ধরা সম্ভব। রাজা তাহাই করলেন।

রাত্রে স্বর্গের দেব-দেবী ও অপ্সরা রোজ দিনের মত ঐ উদ্যানে এলেন। তাদের মধ্যে এক অপ্সরার পা গাছের আশেপাশে ভগবানের চরণের প্রসাদী পুষ্পের উপর যখনই পড়ল তাহার সমস্ত পুণ্য তৎক্ষণাৎ সমাপ্ত হয়ে গেল। তার স্বর্গে ফেরত যাওয়ার ক্ষমতা শেষ হয়ে গেল। অন্য দেব-দেবী দেখলেন কিন্তু সাথে নিয়ে যাওয়ার কোন উপায় না দেখে হতাশ হয়ে তাকে অসহায় অবস্থায় ফেলে স্বর্গে চলে গেল। সে বেচারী একলা রয়ে গেল কারণ পুণ্য সমাপ্ত হওয়াতে উড়ান ভরতে পারে নি ও স্বর্গেও যেতে পারেনি। নিজের সাথীরা ছেড়ে যাওয়ার পর তথা এই মৃত্যুলোকে জরা, ব্যধি ইত্যাদি

দুঃখ সম্বন্ধে চিন্তা করে, “হায়! আমাকে এই মৃত্যুলোকে থাকতে হবে”— এই চিন্তা করে কাঁদতে লাগলো।

সকাল হতেই পাহারাদার মালিরা ওকে দেখলো। তার দিব্য তেজ ও অদ্বিতীয় রূপ দেখে আশ্চর্যচকিত হল। ওরা রাজমহলে গিয়ে রাজাকে খবর দিল। রাজা আসলেন ও তিনিও অপ্সরাকে দেখলেন। অপ্সরার অলৌকিক রূপ দেখে দুর্গা, লক্ষ্মী, সরস্বতী ইত্যাদি দেবীদের কল্পনা করলেন এবং এই ভাবনায় ভাবিত হয়ে তাকে নমস্কার করলেন।

অপ্সরাকে কাঁদতে দেখে রাজার দয়া হল। রাজা বললেন—“দেবী আপনি কাঁদছেন কেন? আপনার কি কষ্ট হচ্ছে?”

তখন অপ্সরা সব বৃত্তান্ত বলল ও বলল যে আমি স্বর্গে যেতে চাই, কারণ মনুষ্য-লোকে বৃদ্ধাবস্থা তাড়াতাড়ি আসে। শরীর রোগ গ্রস্থ হয়। বিষয়ভোগ ও ইচ্ছানুসার ভোগ হয় না। মহারাজা! যদি আপনার প্রজাদের মধ্যে কেউ স্ত্রী অথবা পুরুষ আমাকে নিজের এক একাদশীর ফল দেয় তবে আমি স্বর্গে ফেরৎ যেতে পারব। এক একাদশীর ফলে আমি এক কল্পকাল** পর্যন্ত স্বর্গের দিব্য সুখ ভোগ করতে পারব।

রাজা রুক্মাঙ্গাদের একাদশী সম্বন্ধে জানা ছিল না। তিনি তার রাজগুরুর নিকট জিজ্ঞাসা করলেন। তিনিও অনভিজ্ঞতা প্রকট করলেন, এবং বললেন যে একাদশীর কথা তিনি আজই শুনলেন। যখন কুলগুরুই জানে না তাহলে প্রজারা জানবে কি করে। রাজা নগরে ঢাক পিটিয়ে দিলেন বললেন যে নাগরীক এক একাদশী ব্রতের ফল দেবে তাকে পুরষ্কার দেওয়া হবে। তিন চার দিন পর্যন্ত কোন নাগরীক এল না তখন পুরষ্কারের সংখ্যা বাড়াতে বাড়াতে অর্ধেক রাজ্য পর্যন্ত করে দিলেন কিন্তু কোন অনুকূল পরিণাম না দেখে অপ্সরা মনে মনে যমরাজের গনক চিত্রগুপ্তের প্রেরণায় অপ্সরা জানতে পারল যে রাজার রাজ্যে এক শেঠের স্ত্রী একবার মুশ কিলে একাদশী করেছিল।

শেঠের ঠিকানাও পরিচয় বলে অপ্সরা ঐ শেঠের সম্বন্ধে বললেন, একদিন ঐ শেঠের স্ত্রী ঘুরতে ঘুরতে নিজের ঘরের পাশে এক গোদামে রাখা জিনিস দেখতে গেলেন। শেঠের চাকরের জানা ছিল না যে শেঠানি গোদামের ভিতরে । সে গোদামের দরজায় তালা লাগিয়ে শেঠকে ডাকতে চলে গেলেন।

চাকর তো চলে গেল কিন্তু শেঠানি গোদামের মধ্যে বন্ধ রয়ে গেল। অনেক চেষ্টা করল দরজা ধাক্কালো কিন্তু কেউ আওয়াজ শুনলো না। ক্লান্ত হয়ে শেঠানি রাতে সেখানেই শুয়ে পরলেন ও ভাবলেন যে সকালে তো কেউ গোদাম খুলবে, কিন্তু পরের দিন দোকান বন্ধ ছিল সুতরাং গোদামের দিকে কেউই আসেনি ক্ষিদেয় শেঠানি ব্যাকুল হলেন। এদিকে শেঠ তার ঘরের

লোকজন শেঠানিকে খুঁজতে লাগলেন কিন্তু পেলেন না। পাবে কি করে সে তো কোথাও নেই ঐদিন কৌতুহলবশ গোদামে চলে গিয়েছিল।

অপ্সরা ও রাজা রুক্মাঙ্গাদের কথোপকথন

বন্ধের পরের দিন যখন শেঠের চাকর জিনিসের জন্য দরজা খুললেন তখন ভিতরে বেহুশ অবস্থায় শেঠানিকে পরে থাকতে দেখল। এ খবর সঙ্গে সঙ্গে শেঠকে জানালো। শেঠ বৈদ্যকে সাথে করে আসলো। জলের ছিটা মারলো হাত পা মালিশ করে হুশ ফিরিয়ে আনলো ও ভোজনের ব্যবস্থা করল। ধীরে ধীরে শেঠানি সুস্থ অনুভব করলেন। সংযোগ বশ যেদিন শেঠানি গোদাম দেখতে গেছিল সেদিন দশমী ছিল ও পরের দিন একাদশী ছিল। এইভাবে ঐ শেঠানির অজান্তে পরম পবিত্র একাদশী ব্রত হয়েছিল।

অপ্সরার সব কথা শুনে রাজা মন্ত্রী ও সৈনিকদের শেঠ ও শেঠানিকে সসম্মানের সঙ্গে আনতে বললেন। শেঠ-শেঠানি এসে রাজা ও অপ্সরাকে প্রণাম করল ও বলল আপনার মন্ত্রী আমাদের সব বলেছে, এখন আপনি আদেশ করেন আমাদের কি করতে হবে।

অপ্সরা শেঠানিকে বললেন যদি আপনি কৃপা করে আপনার এই একাদশী ব্রতের ফল সংকল্প করে আমাকে দান করেন তবে এই ব্রতের পুণ্যের প্রভাবে আমি স্বর্গে ফেরত যেতে পারব। তখন রাজা রাজগুরুর দ্বারা শেঠানিকে সংকল্প করিয়ে স্বর্গের দেবীকে দিলেন তখন দেবী রাজাও শেঠ শেঠানিকে ধন্যবাদ জানিয়ে স্বর্গে চলে গেলেন। রাজা ঘোষণানুসারে শেঠানিকে অর্ধেক রাজ্য দিলেন। রাজা রুক্মাঙ্গাদের এই ঘটনা প্রত্যক্ষ দেখে পূর্ণ বিশ্বাস হল যে একাদশীর খুব মাহাত্ম্য বড় মহিমা। একদিন রাজা বিচার

করলেন যে এতই পূণ্যদায়ীনি ও কল্যাণকারী একাদশীর ব্রত আমার রাজ্যের প্রত্যেক নাগরীকের অবশ্যই করা কর্তব্য। অতএব রাজা নিয়মিত রূপে এই নিয়ম চালু করলেন।

রাজা বললেনঃ

অষ্টবর্ষাধিকো মর্ত্যৌ হ্যশীতির্নৈব পূর্য্যতে ** ।
যৌ ভুঙ্ক্তে মামকে রাষ্ট্রে বিষ্ণোহরণি পাপকৃৎ ॥
স মে বধ্যশ্চ নির্ব্বাস্যো দেশতঃ কালতশ্চ মে ।**
এতস্মাত কারণাদ্বিপ্র একাদশ্যামুপোষণম্ ।**
কুর্বান্নরো বা নারী বা পক্ষযোরূভয়োরপি ॥

(নারদীয় পুরাণ)

অর্থাৎ যার বয়স আট বৎসর থেকে বেশি অথবা আশী বছরের কম এরকম কোন ব্যক্তি যদি আমার রাজ্যে একাদশীর দিন অন্ন ভোজন করে তাহলে তাকে মৃত্যুদন্ড দেব। কিংবা রাজ্য থেকে বের করে দেব। এই জন্য স্ত্রী ও পুরুষ সবাইকে শুক্ল ও কৃষ্ণপক্ষের দুই একাদশী তিথিতে উপবাস করতে হবে। এ নিয়ম আমার পুত্র পিতা মাতা, পত্নী, মিত্র, আত্মীয় সবাইর জন্য। না করলে সবাইকে দন্ড দেব। এই ঘোষণা রাজা রাজ্যে ঢাক পিটিয়ে করে দিলেন। রাজার এই আদেশ মেনে সবাই একাদশী ব্রত পালন করে বৈকুন্ঠে যেতে লাগল।

ব্রহ্মপুরাণে** লেখা আছে যে এ একাদশী খুবই পুণ্যদায়ক। মহাপাপ নাশ করে। অনন্ত ফল দেয়। ব্রহ্মহত্যা**, গোহত্যা, ভ্রূণহত্যা**, পরস্ত্রী গমন, মিথ্যা বলা, মিথ্যা সাক্ষী দেওয়া, কাউকে মিথ্যা প্রশংসা করা, ওজোন কম দ্যাবা**, বেদ পড়া ও পড়ার নামে অন্যকে ঠকানো ও কাল্পনিক গ্রন্থ লেখা ইত্যাদি অনেক বড় বড় পাপ এই ব্রতের দ্বারা সমাপ্ত হয়।

ঠগ, মিথ্যা জ্যোতিষী ও মিথ্যা ডাক্তার ও মিথ্যা সাক্ষী দেওয়ার সমান পাপী কিন্তু এই ব্রত এসব দোষ সমাপ্ত করে দেয়। যদি ক্ষত্রিয় নিজের ক্ষত্রিয় ধর্ম ত্যাগ করে যুদ্ধ থেকে ভেগে যায় অথবা কোন শিষ্য গুরু থেকে দীক্ষা নিয়ে ভ্রমবশ ঐ গুরু নিন্দা করে তার যে পাপ হয় এসবই পাপ একাদশী ব্রত পালনে নষ্ট হয়ে যায়।

হে রাজন! এই একাদশীর মহিমা এতই যে পবিত্র কার্তিকমাসে তিন দিন প্রয়াগরাজ স্নান করলে, মকররাশিতে যখন সূর্যদেব অবস্থান করেন, মাঘ মাসে গঙ্গা, যমুনা ও সরস্বতীর সংগমস্থলীতে স্নান করলে, কাশীতে শিবরাত্রি ব্রত করলে, গয়াতে বিষ্ণু পাদপদ্মে পিন্ডদান করলে যে ফল হয় এসব ফল একাদশী ব্রতে অনায়াসে হয়। হে রাজন! এ ব্রত পাপ রূপী বৃক্ষকে কাটার তীক্ষ্ণ কুল্হাড় মত, পাপীকে ভস্ম করার জন্য দাবানলের মত, পাপ রূপী

মৃগের জন্য সিংহ স্বরূপ। হে রাজন! অপরা একাদশীর দিন শ্রদ্ধাপূর্বক এ বত্র করার সাথে সাথে যে ত্রিবিক্রম ভগবান বিষ্ণুর পূজা অর্চন করে তার পরম মঙ্গল হয়ও মৃত্যুর পর বিষ্ণুলোক প্রাপ্ত হয়। সিংহ রাশিতে বৃহস্ তির স্থিতিতে গৌতমী নদীতে স্নান, কুম্ভপর্বে কেদারনাথ দর্শন, বদ্রীনাথ ধাম যাত্রা, দর্শন ও সেবা, সূর্যগ্রহণে কুরুক্ষেত্রে স্নান তথা স্নানের সময় হাতি, গাভী, ঘোড়া ও সোনা তথা ভুমি দানের যে ফল হয় এসব 'অপরা' একাদশী পালনে অনায়াসে ফল প্রাপ্ত হয়। এমনকি এর মাহাত্ব শুনলেও পূণ্য হয়।

ত জৈষ্ঠ্য কৃষ্ণপক্ষীয় 'অপরা একাদশী'র মাহাত্ম্য সমাপ্ত।

শ্রী একাদশী ব্রত ভক্তির নবম অঙ্গ

'শ্রী ভক্তিরসামৃতসিন্ধুবিন্দু' গ্রন্থে ভক্তির চৌষট্টি অঙ্গের বর্ণনা করা হয়েছে। **শ্রী একাদশী ব্রত** ভক্তির নবম অঙ্গ, শুদ্ধা একাদশীর নাম হরিবাসর। দশমীযুক্ত (বিদ্ধা**) একাদশী ত্যাগ করতে হয়। **पूर्व दिन ब्रह्मचर्य का पालन, एकादशी के दिन निर्जल उपवास, रात्रि जागरण के साथ निरन्तर भजन, उपवास के दूसरे दिन भी ब्रह्मचर्य का पालन और उपयुक्त समय पर पारण करना ही हरिवासर का सम्मान करना हैं।** মহাদ্বাদশী উপস্থিত হলে একাদশী ছেড়ে মহাদ্বাদশীর পালন করতে হয়। মহাপ্রসাদ ত্যাগ না করলে উপবাস হয় না। সামর্থহীন অথবা শক্তিহীন অবস্থায় প্রতিনিধি বা অনুকল্ ব্যবস্থা আছে। (নক্তং হবিষ্যন্ন) (হরিভক্তি বিলাস ১২/৩৯ ঘৃতবায়ু পুরাণ) বচনের দ্বারা উপবাসের বিধি হরিভক্তি বিলাস ১২/৩৪ থেকে দেওয়া আছে।

উপবাসেত্বশক্তস্য আহিতাগ্নের থাপি বা।
পুত্রান বা কারয়েদন্যান ব্রক্ষনান বাপি কারয়েত।।

অর্থাৎ সাগ্নিক ব্রাক্ষন উপবাস করাতে অসমর্থ হলে পুত্র দ্বারা অথবা অন্য ব্রক্ষন দ্বারা উপবাস করাবে।

হবিষ্যান্ন দ্বারা উপবাসের বিধি 'হরিভক্তি বিলাস' ১২/৩৯ ঘৃতবায়ু পুরাণে আছে। "নক্তং হবিষ্যান্নমনোদনম্বা ফলং তিলাঃ ক্ষীরমথাম্বুচায্যং। যত পঞ্চগব্যং যদি বাপি বায়ু প্রশস্তমত্রোত্তরমুত্তঞ্চ।" অর্থাৎ রাতে হবিষ্যান্ন অন্ন ছেড়ে অন্যান্ন দ্রব্য ফল, দুগ্ধ, জল, ঘৃত পঞ্চগব্য অথবা বায়ু এসব বস্তু ক্রমশঃ একের থেকে এক শ্রেষ্ঠ। মহাভারত উদ্যোগ পর্ব অনুসার জল, মলূ, ফল, দুগ্ধ, ঘৃত, ব্রাক্ষন, কামনা, গুরুবচন ও ঔষধ এই আটটি জিনিসে ব্রত নষ্ট হয় না। "অষ্টৈতান্ন- ব্রত হ্নানি আপো মলূং ফলং পয়ঃ। হবির্ব্রাক্ষনকাম্য চ গুরুর্বচনমৌষধম্।"

হরিবাসরে থেকে একাদশী তথা জন্মাষ্টমী, রামনবমী, নৃসিংহ -চতুর্দশী, গৌরপূর্ণিমা, ইত্যাদি বৈষ্ণব ব্রত পালন করা কর্তব্য। চার বর্ণ ও চার আশ্রমের স্ত্রী পুরুষ সবার জন্য একাদশী পালনের বিধান হরিভক্তি

বিলাসে দেওয়া আছে। স্ত্রীদের মধ্যে বিধবা, সধবা সবার জন্য একাদশী পালনীয়। একাদশীর দিন অন্ন ভোজনে গোমাংস ভোজনের পাপ হয়। প্রত্যেক মাসের দু পক্ষের একাদশী বিধিবত পালন করা কর্তব্য।

সপুত্রশ্চ সভার্যঞ্চ স্বজনৈর্ভক্তিসংযুতঃ।
একাদশ্যামুপবসেত্‌পক্ষযৌরুভয়োরপি ॥

(হরিভক্তি বিলাস ১২/১৯)

এখানে স্বভার্যার তাৎপর্য পত্নীর সাথে ব্রত পালনের বিধান দেওয়া হয়েছে। এর দ্বারা সধবা স্ত্রীকে ও একাদশী ব্রত পালন করার বিধান দেওয়া হয়েছে। একাদশী ব্রত নিত্যবত । এই ব্রত পালন না করলে দোষ হয়। "অত্র ব্রতস্থ্ নিত্যত্বাদবশ্যং তত সমাচরেতে"। কারণ অন্যান্য কামনামূলক উপবাস সধবা স্ত্রীদের নিষিদ্ধ একাদশী নয়।

শ্রী শ্রী চৈতন্য শিক্ষামৃত' গ্রন্থে শ্রী ল ভক্তি বিনোদ ঠাকুর লিখেছেন- "ভগবত সেবার পূর্বে জল গ্রহণ করা ভগবানকে অনিবেদিত দ্রব্য গ্রহণ করা, শ্রী মূর্ত ও তার সেবাহত কে নিত্য দর্শন না করা, নিজের প্রিয় বস্তু ও কালের স্ব দিষ্ট ফলাদি দ্রব্য ভগবানকে অর্পন না করা, হরি বাসর একাদশী ও ভগবানের জন্ম-দিবস ইত্যাদি পালন না করা এসব কার্য্য নিষ্ঠা অভাবের অর্ন্তগত।"

একাদশীতে প্রয়োগ যোগ্য মঞ্জন

প্রায়ই দাঁতের মাড়ি কমজোর হওয়াতে দাঁত পড়ে যায়। এর থেকে বাঁ চার জন্য ১০০ গ্রাম ফিট করি পাউডার, ৫০ গ্রাম সন্ধকলবণ ও দুই চামচ হলদি এই তিন জিনিস মিলিয়ে কৌটোতে রাখুন, সকালে ও রাতে আঙ্গুলের দ্বারা দাঁত ও মাড়ি পরিস্কার করলে ১০০ বৎসর পর্যন্ত দাঁত মজবুত থাকে মাড়িতে রক্ত পরে না।

একাদশীর দিন প্রয়োগ যোগ্য প্রাকৃতিক সাবান পাউডার

১০০ গ্রাম মুলতানি মাটি, ১০০ গ্রাম শিকাকাই পাউডার, ১০০ গ্রাম রিঠা পাউডার মিলিয়ে কৌটোতে রাখুন। শৌচের পর ও স্নানের সময় এর প্রয়োগে প্রাণীদের চর্বির দ্বারা বানানো সাবান থেকে বাচানো যায়।

একাদশীর দিন প্রয়োগ যোগ্য প্রাকৃতিক শ্যাম্পু

১ লিটার শুদ্ধ জল, ২০ টা লেবুর রস, ২ চামচ শিকাকাই পাউডার, ২ চামচ রিঠা পাউডার, ১ চামচ আমলা পাউডার সব মিলিয়ে একটি বোতলে সংগ্রহ করেন। এই দিয়ে কেশ ধুলে কেশ লম্বা ও ঘন হয়।

শ্রী গুরুবর্গের একাদশী সম্বন্ধিত অমুল্য বচন

খাও কম জপ কর অধিক

আমাদের এই রকম একাদশী পালন করা উচিৎ - জল, জুস, ফল ও দুধ না নিয়ে। যদি আপনি যুবক ও নিরোগ হন তাহলে কিছুই নেবেন না এবং জল ও না নিয়ে দিনরাত কাটাতে পারেন। যদি না পারেন তাহলে দুপুরে কিংবা সন্ধ্যায় একবার খেতে পারেন। যদি আপনি রুগ্ন ও দবুর্ল হন তাহলে আপনি জীবন রক্ষার্থে দুবার অল্প খেতে পারেন হরে কৃষ্ণ নাম জপ করতে থাকবেন।

পশ্চিমের ভক্তদের জন্য কিছু ছাড় দেওয়া হয়েছে। কারণ কিছু ভক্ত শারিরিক দুর্বলতা আছে। বাকিরা খুব মজবুত। আমি কয়েকজন মহিলা ভক্তকে দেখেছি যারা দিন রাত না ঘুমিয়ে উপবাস করে।

একাদশী পালনে অনেক লাভ হয়। কলেজ, হাসপাতাল ও কল কারখানায় ছাত্র ও শ্রমিকদের সপ্তাহে একদিন বন্ধ দেওয়া হয় কারণ একদিন বিশ্রাম পায় ও পরের দিন শক্তির সহিত কাজ করতে পারে। অন্যথা মেশিন অনেক দিন টিকিয়ে রাখতে সক্ষম হবে না। মেশিনেরও বিশ্রামের দরকার আছে।

আমাদের পেটের জন্য এ ব্যাপার কার্যকরী। আমাদের পেটে ব্যাকটেরিয়া আছে। যা আমাদের স্বাস্থের সহায়ক। এ জীবাণু আমাদের পাচনের জন্য কাজ করে। যদি এরা ক্লান্ত হয় ও রোগী হয় তাহলে আপনিও রোগী হবেন। এদের কম থেকে কম একদিন বিশ্রাম দেওয়ার চেষ্টা করতে হয় তাহলে পরদিন উৎসাহের সহিত কাজ করতে পারে।

দ্বিতীয় কথা হচ্ছে যে বিশেষ রূপে একাদশী থেকে পূর্ণিমা পর্যন্ত সমুদ্রে জোয়ার ওঠে। এর কারণ চন্দ্রমা বা চাঁদ পৃথিবী গ্রহের যেখানে যেখানে জল আছে সব জল আকর্ষিত করে। আমাদের শরীরেও জল আছে। একাদশীর দিন চন্দ্রমা শরীরের ভিতরের জলও আকর্ষিত করে। যদি কেউ রোগী থাকেন তাহলে ঐদিন আরও রোগের বৃদ্ধি হয়। এও থেকে ভালো যে আমরা ঐ দিন এসব জিনিস থেকে দূরে থাকি। বিশেষ রূপে অনাজ, মক্কা, গম, থেকে তৈরী খাদ্য ত্যাগ করা।

একথা বলেছে যে আপনি জল খেতে পারেন এতে কোন ক্ষতি হয় না। যদি আপনি পাথরে জল ঢালেন তাহলে জল সরে গিয়ে সঙ্গে সঙ্গে শুকিয়ে যায়। দ্বিতীয় কথা যদি আপনি ব্লটিং পেপার বা কোন শুষে নেওয়া কাগজে জল ঢালেন তাহলে জল শুষে নেবে ও শুকোতে ঘন্টাভর সময় লাগবে।

সেইরকমই অনাজ, গম, চাল বা ভাত ও ডাল ইত্যাদি খাদ্য পেটে গেলে ব্লটিং পেপারের মতই জল শোষণ করে। চাঁদ সেই জল আর্কষণ করে। যে কারণে রোগের বৃদ্ধি হয়। কিছু লোক একাদশী থেকে পূর্ণিমা ও একাদশী থেকে অমাবস্যার মধ্যে হাসপাতালে মরে যায়। রোগ নিয়ন্ত্রণের জন্য একাদশী পালন করা আবশ্যক।

শ্রীল গুরুদেবের ৫ জুন ১৯৯৮ এর একাদশী ব্যাখান থেকে উদ্ধৃত—একাদশীর দিন চাঁদ পৃথিবীর নিকট হয় এই জন্য পৃথিবীর সমুদ্র, নদী, আমাদের শরীর থেকে জল আর্কষণ করে। যদি ঐ দিন কেহ অন্নগ্রহণ করে তাহলে সে অন্ন স্পঞ্জের কাগজ এর মত হয়। যদি খালি জল পান করেন তাহলে তাড়াতাড়ি জল শরীর থেকে বেরিয়ে যায় আর খাবারের সাথে জল পান করলে স্পঞ্জের মত জল ধরে রাখে।

যদিও আপনি স্পঞ্জ থেকে জল নিঙরে ফেলেন তবুও জল থেকে যায়। এই রকমই যদি আনাজ খান সেটা স্পঞ্জের মতই হবে। এটা অনেক জল সংগ্রহ করবে এবং চন্দ্রমা জল আর্কষণ করবে ও শরীরে রোগের উৎপত্তি হবে। আপনি দেখে থাকবেন যে এই সময় সমুদ্র বা মহাসাগরে জোয়ার হয় ও বড় বড় উচু উচু ঢেউ অধিক হয়।

এ সবই শরীর সম্বন্ধীয় বাহ্য কারণ। যে সব লোক নিজের শরীরের প্রতি আসক্ত তাদের জন্য আমি এসব উল্লেখ করেছি।

যে ব্যক্তি ভগবান বিশ্বাস করে না তাকেও একাদশী পালন করা উচিৎ। ভারতে প্রায় সব প্রকারের ভক্ত একাদশী পালন করে। যেমন মায়াবাদী (নির্বিশেষবাদী) শৈব (শিবের উপাসক) শাক্ত (মা দূর্গা উপাসক) ও গণেশ ভক্তও একাদশী ব্রত পালন করে। মহিলা, পুরুষ ও বাচ্চারাও এ ব্রত পালন করে। কিন্তু আজকাল এ কমে যাচ্ছে। প্রায়ই লোক একাদশী থেকে দূরে সরে যাচ্ছে। যেমনি পশ্চিম দেশ থেকে একটি তুফান ভারতে এসেছে আর সব জায়গা প্রভাবিত করেছে।

যদি আপনি মহারাজ অম্বরীষ ও কৃষ্ণের পিতা মাতা নন্দ যশোদার মত ভক্ত হতে চান তাহলে আপনি একাদশী অবশ্যই করবেন। নন্দ ও যশোদা বৃন্দাবনে একাদশী পালন করেছিল, ও বৃন্দাবন থেকে মথুরার কাছে অম্বিকা কাননে গিয়ে একাদশী পালন করেছেন। তাঁহারা করেছেন বলে কি আমাদের করতে হবে না? আমাদের সাবধান হয়ে একাদশী পালন করতে হবে। তবেই ভক্তি অবিবেচিত রূপে আমাদের কাছে আসবে।

আমরা শুদ্ধ বৈষ্ণবদের মার্গদর্শন করে একাদশী পালন ও কীর্তন করব। যদি কেউ ভক্তি করতে চায় তবে ঠিক আছে। কিন্তু যদি এমন এক ভক্তের আনুগত্যে ভজন করে যে ব্রজের সঙ্গে যুক্ত, যার মধ্যে ব্রজের ভক্তি আছে, যে রসিক, এমন ভক্তই পারে তার সন্দেহ দুর করে রাধা কৃষ্ণ তথা

মহাপ্রভুকে মনে স্থাপিত করতে। সর্বদা এইরকম ক্ষমতার বৈষ্ণবের মার্গদর্শনে বৃন্দাবনে থাকবে ও সর্বদা মন্ত্র জপ করবে ও ভগবত স্মরণ করবে। সাথে সাথে কৃষ্ণের পবিত্র নাম জপ করবে ও নাম সম্বন্ধিত লীলা স্মরণ করবে।

প্রশ্ন এবং উত্তর**

শ্যামরাণী দাসীঃ গুরুদেব আমরা সবর্দা শুনে থাকি যে একাদশীর দিন অনাজ নিতে হয় না কারণ ঐ দিন আনাজে পাপ জমা হয়। কিন্তু টমেটো ও লাউ এসব সব্জি কেন নেওয়া যায় না?

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ এ শস্যের** সমান না, এদের মধ্যে অনাজ, ভাত**, মক্কা, গম ও ডালের গুন নেই (সুতরাং এ স্ জ্ঞের মত নয়, এক বিশেষ কাহিনী থেকে জানতে পারলাম যে একাদশীর দিন ব্রক্ষহত্যা এক ব্রাক্ষণ হত্যা), মাতৃহত্যা (মাকে হত্যা) ও গোহত্যা (গরুকে হত্যা) র সাথে সকল প্রকার পাপ অনাজ ও আনাজের তৈরী ব্যাঞ্জনে আশ্রয় নেয়। এছাড়া শাস্ত্র কিছু কিছু সব্জি ও অন্য খাদ্য পদার্থর উপর প্রতিবন্ধ লাগিয়েছে।

শ্রীযুক্ত গুরুদেবের উপদেশ**

পশ্চিমী ভক্ত ও ভারতের দুর্বল ব্যক্তির জন্য ছাড় দেওয়া হয়েছে। যদি আপনি বিধিনিষেধ পালন না করেন তাহলে আপনাকে সব পাপের ভাগী হতে হবে। কিন্তু আপনার যদি কিছু ভক্তি থাকে তাহলে পাপ নষ্ট হয়ে যাবে।

আপনারা সবাই আজ একাদশী পালন করছেন। আমাদের অবশ্যই একাদশী পালন করা উচিত ও সকল প্রকার অনাজ, গম, যব ইত্যাদি থেকে তৈরী ব্যাঞ্জন এ সবই দৃঢ় ভাবে বন্ধ করা উচিত। যদি আপনি একাদশী পালন করেন, ভগবানের পবিত্র নাম জপ করেন, শ্রেষ্ঠ সাধুসঙ্গে হরি কথা শ্রবণ করেন, উন্নত ভক্তের সঙ্গ করেন ও ভক্তির নবঅঙ্গের মধ্যে কোন এক ভক্তির অঙ্গ পালন করেন তাহলে আপনার কখনো পতন হবে না।

দুর্বল ব্যক্তি পছন্দ মত কিছু নিতে পারেন কিন্তু একাদশীর উপযুক্ত খাদ্য পদার্থের মধ্যেই হতে হবে। বাচ্চারাও নিজের পছন্দ মত খেতে পারে কিন্তু বাচ্চার মাতা পিতার লক্ষ্য রাখতে হবে যে ও কেবল ফলই খায় ও একাদশীর উপযুক্ত খাবারই খায়।

কখনো কখনো কলিযুগ ও মায়ার কারণ আমরা দুবর্ল হয়ে পরি ও ব্রত পালন করতে পারি না। এই কারণে আমাদের অধঃপতন হয়। কোন পরিস্থিতিতে মন্ত্র জপ, কৃষ্ণস্মরণ ও একাদশী পালন ভোলা উচিত নয়। যতই আপনি দুর্বল হন, এই সিদ্ধান্ত গুলো পালন করার চেষ্টা করবেন।

এছাড়া একাদশী পালনের সব থেকে মহত্বপূর্ণ কারণ এই যে একাদশী স্বয়ং ভগবান কৃষ্ণের রূপ। কৃষ্ণই একাদশী হয়েছিলেন। ভগবান কৃষ্ণ একাদশীর দিন ভূলোকে অবতরিত হন। যে সব লোক একাদশী পালন করেন ভগবান স্বয়ং তাদের দেখাশোনা করেন ও বিশেষ কৃপা প্রদান করেন। এই জন্য আমাদের একাদশী পালন করা উচিত।

একবার একাদশীর দিন চৈতন্য মহাপ্রভু নিজের পারিষদ—স্বরূপ দামোদর, রায় রামানন্দ, নিত্যানন্দ প্রভু ও অন্যান্য হাজার ভক্তের সাথে পুরীতে ছিলেন। এরা সবাই এক সেকেন্ড না শুয়ে কৃষ্ণস্মরণ ও হরিকথা শ্রবণ করতে করতে দিন রাত কীর্তন করছিলেন। এর মধ্যে সন্ধ্যে প্রায় ৮টার সময় জগন্নাথ পুরীর পান্ডা প্রচুর পরিণাম স্বাদিষ্ট মধুর মহাপ্রসাদে নিয়ে এলেন ও মহাপ্রভুর ও ভক্তের সামনে রাখলেন।

পুরাণে ও অন্য শাস্ত্রে লেখা আছে যে মহাপ্রসাদ পাওয়ার সঙ্গে সঙ্গে গ্রহণ করা উচিত। যখন চৈতন্য মহাপ্রভু মহাপ্রসাদ দেখলেন তিনি অত্যধিক প্রসন্ন হলেন। তিনি নানা উপায়ে ঐ মহাপ্রসাদের প্রার্থনা ও সারারাত পরিক্রমা করলেন। তিনি শাস্ত্র থেকে কয়েকটি শ্লোক উদ্ধৃত করলেন ও তার ব্যাখ্যা করে বললেন—'শুয়োর, কাক ও কুকুর দ্বারা নেওয়া মহাপ্রসাদ ও মহাপ্রসাদ। মহাপ্রসাদ এতই শক্তিশালী। আমাদের অনাদর করা উচিত হবে না। তা গ্রহণ করা উচিত। যদি পচা ও শুকনো হয়, দুর থেকে আনা হয়, তাও আমাদের মহাপ্রসাদকে সম্মান করা কর্তব্য।'

সকাল হলে মহাপ্রভু পারিষদ সহিত সমুদ্রে স্নান করলেন ও বললেন—'এখন এই প্রসাদ আমরা সবাই ভাগ করে যত্নের সহিত গ্রহণ করব।'

একাদশীর দিন অন্ন স্বীকার না করে আমাদের একাদশীকে সম্মান করা উচিত। একাদশী কৃষ্ণভক্তি-প্রেম ও স্নেহের জননী। যদি আপনি একাদশী ব্রত পালন না করেন তবে কৃষ্ণভক্তি হবে না।

যদি আপনি যুবক ও শক্তপোক্ত হন তাহলে ফল, সব্জি, রস, এমনকি জল ও না নিয়ে উপবাস করতে পারেন। যদি আপনি এতটা সক্ষম না হন ও যদি রুগী ও বৃদ্ধ হন তাহলে ফল, দুধ, ফলের রস নিতে পারেন।

তবে পেট ভরে রস রাবরী ফল নেবেন না। কেবল যতটা না খেলে নয় কম পরিমাণ নেবেন। আর দিনের বেলা শুতে হয় না ও শ্রীল হরিদাস ঠাকুরের মত জপ করতে হবে। তবে একাদশীর ফল প্রাপ্ত হবে।

ইন্দুলেখা দাসীর ভাইজীঃ কাল প্রথম বার আমি একাদশী পালন করেছি। এ আমি আমার মায়ের জন্য করেছি কারণ তাঁর জীবন লিভার ক্যান্সার সমাপ্ত হচ্ছিল।

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ এটাই ঠিক, এক বার রাস্তার পর একটা গরু মরণাপন্ন ছিল। গরুটি ছটফট করছিল। কিন্তু প্রাণ শরীর থেকে বেরোচ্ছিল না।

আমার এক শিষ্যা দেখে বলল "হে গোমাতা আমি তোমাকে এক একাদশীর ফল দিচ্ছি তাহলে খুব সহজে প্রাণ ত্যাগে সক্ষম হবে।" একথা বলার সাথে সাথে গরু শরীর ত্যাগ করল।

গতবছর নন্দ গোপালের ঘোড়াদের মধ্যে একটি ঘোড়া মরণাপন্ন ছিল। তাঁর প্রাণ শরীর ত্যাগ করছিল না। আমি তার কানে হরে কৃষ্ণ বললাম ও ঘোড়া সহজেই প্রাণ ত্যাগ করল। এ জপ চমৎকারী ও অনেক শক্তিশালী।

রাম তুলসীদাসঃ একাদশী দেবী কি স্বয়ং রাধিকা?

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ একাদশী রাধিকা না কিন্তু একাদশীকে রাধিকার প্রকাশ মানা যেতে পারে। কৃষ্ণ স্বয়ং একাদশী। একাদশী ও কৃষ্ণ একই রাধা ও কৃষ্ণ যেমন এক এইজন্য বলা যেতে পারে একাদশী রাধিকার অভিব্যক্তি ও প্রকাশমাত্র।

শ্রীমতী রাধিকা যে হ্লাদিনী-শক্তি-স্বরূপা (কৃষ্ণকে সর্বোর্চ্চ আনন্দ প্রদায়িনী শক্তির সার) একাদশীর চেয়ে অধিক। গোলক বৃন্দাবনে কেউ একাদশীর ব্রত পালন করে না। একাদশী এই ভৌতিক সংসারে সাধন ভক্তিতে রত জনের জন্যই। গোলক বৃন্দাবনে শ্রীমতী রাধিকা কৃষ্ণের সর্বোর্চ্চ শক্তি সেইজন্য রাধা ও একাদশীর মধ্যে কিছু পার্থক্য আছে।

[**নোট -** কেউ তর্ক করতে পারে যে নন্দ মহারাজ একাদশী পালন করতেন ও তিনি তো গোলক বৃন্দাবনের বাসিন্দা। বাস্তবে নন্দ মহারাজ কেবল প্রকট বৃন্দাবনেই একাদশী পালন করেন। এ ভৌম বৃন্দাবন এই ভূলোকে প্রকট হয়েছে ও এ এক সাধন ভূমি। তিনি কেবল অন্যদের শেখানোর জন্য একাদশী করেছেন (শ্রীপাদ ভক্তিবেদান্ত মাধব মহারাজা)]

শ্রীপাদ নেমী মহারাজঃ যদি বাস্তবে আমরা কোন কারণবশত বাকী একাদশী গুলো পালন না করতে পারি তাহলে (পান্ডব) নির্জলা একাদশী পালন করলে কি আমাদের ক্ষতিপুর্তি হতে পারে?

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ আমি এখনই এর জবাব দিয়েছি। আপনি কেবল হরিনাম দ্বারা ক্ষতিপুর্তি করতে পারেন কেবল উচিত নিয়মে (পান্ডব) নির্জলা একাদশী পালন করে না। আপনার প্রতিটি একাদশী পালন করতে হবে। কেবল ভীমের জন্য এই ছাড় দেওয়া হয়েছে।

বলরাম দাসঃ নির্জলা একাদশীতে কি আমাদের দাঁত পরিশ্কার (পরিস্কার**) করা উচিত?

শ্রীল নারায়ণ মহারাজঃ কেন না? আপনি কি স্নান করেন না? যেমন স্নান আবশ্যক তেমনি দাঁত পরিশ্কার (পরিস্কার**) ও আবশ্যক।

বলরাম দাসঃ স্নানে জল পান করা যায় না

শ্রীল নারায়ণ মহারাজঃ কিন্তু কোনরকম জল শরীরে প্রবেশ করে তবুও আপনার স্নান করা উচিত। কিন্তু ঐ দিন চরণামৃত নিতে নেই কেবল চরণামৃতকে প্রণাম করতে হয় ।

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ এ ভীম না। প্রাচীন কাল থেকে শ্রীরূপ, শ্রী সনাতন, ইত্যাদি ছয় গোস্বামীদের সময় পর্যন্ত ভক্ত লোক সবাই একাদশী পালন করতেন জল ছাড়া নির্জলা একাদশীর মতই।

মহারাজ অম্বরীষ প্রত্যেক একাদশী তিন দিন পর্যন্ত করতেন। একাদশীর আগের দিন আহার নিয়ন্ত্রণ করতেন একাদশীর দিন খাবার ও পান থেকে দূরে থাকতেন। ও তৃতীয় দিন একবার খেতেন।

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ ভারতে প্রতি একাদশীই সাধারণত খাদ্য জল ছাড়া করা হয়। পুজ্যপাদ শ্রীল ভক্তিবেদান্ত স্বামী মহারাজা দেখলেন যে কিছু লোক দুর্বল প্রকৃতির এই জন্য ওদের জন্য কিছু ছাড় দিয়েছেন।

তিনি বলেছেন যে দিনে তিন বারই অনুকল্প নিতে পারে। কিন্তু অনুকল্প গ্রহণ করাতে বৃহৎকল্প (বৃহত ফলাহার) নিচ্ছে। যতটা সে খেতে পারে ততটা মাত্রায় ফলাহার নিচ্ছে। বুঝেছেন ব্যপারটা? এটা ঠিক না।

যশসিন্বী দাসীঃ যদি কেউ নির্জলা একাদশী করে আপনার প্রসাদের অবশিষ্ট খায় তাহলে তার একাদশী ভেঙে যায়?

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ হ্যাঁ।

শ্রীপাদ মাধব মহারাজঃ আপনি শ্রীল গুরুদেবের উচ্ছিষ্ট প্রসাদ রেখে দিয়ে নির্জলা একাদশী ব্রত পালন হবে আর ভক্ত গুরুদেবের প্রসাদের ও সম্মান হবে।

ভক্তঃ আমি কিছু অপরাধ করেছি?

শ্রীল নারায়ণ গোস্বামী মহারাজঃ অপরাধ কোরো না, যদি আপনি জপ করা বাড়িয়ে দেন তাহলে অপরাধ বিনাশ হয়ে যাবে।

একাদশী ব্রত পারনের নিয়ম

যদি নির্জলা একাদশী ব্রত পালন করা হয় তাহলে চরণামৃত দ্বারা পারন করতে হয়। যদি ফলাহার করা হয় তাহলে অন্নপ্রসাদ দ্বারা পারন করতে হয়। সময়মত পারণ করলে একাদশী ব্রত সম্পূর্ণ হয়। মহাদ্বাদশী উপস্থিত হলে একাদশী বদলে মহাদ্বাদশী তিথিতেই পালন করা নিয়ম, সব একাদশী ও মহাদ্বাদশী পারনের সময় বিবরণ ইত্যাদি গৌড়ীয় বেদান্ত প্রকাশন দ্বারা প্রস্তুত বৈষ্ণব ব্রতোৎসব তালিকাতে পেতে পারেন।

অনুকল্প (একাদশীতে পাওয়া যোগ্য খাদ্য পদার্থ)

১. সব রকমের ফল (তাজা ও শুকনো) পানিফল, আখ চিনি ও আখের রস। চিনিতে গরু, শুয়োর ও কুকুরের হাড়ের মিশ্রণের আশঙ্কা হওয়ার জন্য গুড় প্রয়োগ করা সবথেকে ভালো।

২. আলু, মিষ্টি আলু, লাউ, কুমড়ো, শশা, মুলো, কাঠাল, লেবু অবকাড়ো (মেক্সিকোতে উৎপন্ন নাশপাতির মত ফল) জৈতুন, নারকেল কুট্টু সবরকমের মিষ্টি।

৩. দুধের তৈরী সব রকমের পদার্থ। চাতুর্মাস্যের দ্বিতীয়মাসে দই ও তৃতীয় মাসে দুধ না নেওয়া।

৪. ভারতীয় গরুর মাখন থেকে বানানো শুদ্ধ ঘী, বাদাম তেল, নারকেল তেল।

একাদশীর ব্যবহার যোগ্য মশালা

গোলমরিচ, আদা, সন্ধক লবণ (সমুদ্রী লবণ একাদশীর দিন প্রয়োগ করা হয় না), কাঁচা হলুদ।

একাদশীতে প্রতিবন্ধক খাদ্য পদার্থ

১. টমেটো, বেগুন, ফুলকপি, বাঁধাকপি, শিমলা মিট, মটর, ছোলা, সব রকমের শিম, রাজমা, ইত্যাদি এবং ঐসব থেকে বানানো পদার্থ যেমন পাপড়, সোয়াবিনের দই, সোয়াবিনের দুধ ইত্যাদি।

২. করেলা, লাউ, পটল, বরবটি শিম, ভেন্ডি, মোচা।

৩. সব প্রকারের পাতায়ালা সব্জি যেমন পালক, স্যালাড বাধা কপি, কারী পাতা, নিম পাতা, ইত্যাদি।

৪. অন্ন জাতীয় বাজরা, জোয়ার, সুজি, দলিয়া, চাল, শ্যামা চাল, মক্কা এবং সমস্ত প্রকারের আটা যেমন চালের গুড়ো, বেসন, কলাই ডাল গুড়ো ইত্যাদি।

৫. আনাজের তৈরী তেল যেমন মক্কার তেল, সরষের তেল, তিল

তেল, সোয়াবিন তেল ও বনস্পতি তেল ইত্যাদি ও এই ভাবে তেলে ভাজা যেমন চিনেবাদাম, কাজু আলুর চিপস্ ও অন্যান্য হালকা খাবার।

৬. মক্কা বা অন্নের মাড় তথা, তার থেকে তৈরী বা মিশ্রিত বস্তু যেমন বেকিং সোডা, বেকিং পাউডার, কার্স্টার্ড পাউডার, কার্স্টার্ড কেক, হালুয়া, ক্রীম, মিঠাই, সাবদুানা ইত্যাদি।

৭. মধু

একাদশীর অযোগ্য মশালা

হিং, তিল, জিরা, মেথি, সরষে, তেঁতুল, মৌরী, এলাচি, কালোজিরে, জায়ফল, পোস্ত, জোয়ান, লবঙ্গ ইত্যাদি।

একাদশী পালন কিভাবে করবে

কখনো মাংস, মাছ, ডিম, পেঁয়াজ, রসুন, গাজর, লাল মসুর, ডাল, মশরুম ও এ থেকে তৈরী কোন খাবার খাবে না। একাদশীর দিন চা, কফি, পান, গুটখা, খৈনি, বিড়ি, সিগারেট, তামাক থেকে তৈরী পদার্থ সপুারী, শরাব থেকে দুরে থাকা উচিত। একাদশীর দিন স্ত্রী সঙ্গ করলে ক্ষয়রোগ (এড্স) হয়।

কূর্ম অবতার

ভগবান বিষ্ণুর দশ অবতারের মধ্যে কূর্ম অবতার দ্বিতীয়। কূর্ম অবতারের কাহিনী এই রকম। ব্রক্ষ্মাজী ভৃগু, মরীচি, অত্রি, দক্ষ, কর্দম, পুলস্ত্য, পুলহ। অঙ্গিরা, তথা ক্রতু এই নয়টি প্রজাপতিকে উৎপন্ন করেছেন। মহর্ষি অত্রির পুত্র দুর্বাসা বড়ই তেজস্বী, অত্যন্ত ক্রোধী তথা সম্পূর্ণ লোকেদের ক্ষোভে ফেলতেন।

এক সময়ে দুর্বাসা দেবরাজ ইন্দ্রর সঙ্গে দেখা করতে স্বর্গে গেলেন। ঐ সময় ইন্দ্র হাতির উপর চড়ে সব দেবতাদের দ্বারা পুজিত হয়ে কোথাও যাচ্ছিলেন। ইন্দ্রকে দেখে দুর্বাসার মন প্রসন্ন হয়ে গেল। তিনি বিনীত ভাবে দেবরাজকে একটি পারিজাতের মালা উপহার দিলেন। দেবরাজ মালাটি নিয়ে হাতির মস্তকের উপর ফেলে দিলেন ও নন্দনবনের দিকে চলে গেলেন। হাতি নেশায় উন্মত্ত ছিল। ও শুঁড় দিয়ে মালা নিয়ে মাটিতে ফেলে ছিন্ন ভিন্ন করে দিল।

এই দেখে দুর্বাসার ক্রোধ হল ও তিনি শাপ দিয়ে বললেন দেবরাজ! তুমি ত্রিভুবনের রাজলক্ষ্মীতে সম্পন্ন হওয়ার জন্য আমাকে অপমান করলে এই জন্য তিনলোকের লক্ষ্মী নষ্ট হয়ে যাবে। এর কোন ভুল হবে না। দুর্বাসার অভিশাপ শু ন ইন্দ্র নগরে ফিরে আসলেন। ততক্ষণে জগন্মাতা লক্ষ্মী অর্ন্তধান হয়ে গিয়েছিলেন। ব্রহ্মা আদি দেবতা, গন্ধর্ব, যক্ষ, কিন্নর, দৈত্য, দানব, নাগ মনুষ্য, রাক্ষস, পশুপক্ষী তথা কীট ইত্যাদি জগতের সমস্ত চরাচর প্রাণী দরিদ্রর কারণে দুঃখ ভোগ করতে লাগল।

সকলে ক্ষুধা তৃর্ষ্ণায় কাতর হয়ে ব্রহ্মার কাছে গিয়ে বলল—ভগবান তিন লোক ক্ষুধা তৃষ্ণায় পীড়িত, আপনি স্বামী ও সবার রক্ষাকর্তা। আমরা আপনার স্মরণ নিলাম আপনি আমাদের রক্ষা করেন।

ব্রহ্মা একথা শুনে বললেন—দেবতা দৈত্য, গন্ধর্ব ও মনুষ্য ইত্যাদি প্রাণীরা শোন ইন্দ্রের অনাচারেই এই সংকট উপস্থিত হয়েছে। দুর্বাসার ক্রোধে আজ তিনলোক নাশ হতে চলেছে। যার কৃপা কটাক্ষতে সবাই সুখী হয় ও জগন্মাতা মহালক্ষ্মী অর্ন্তধান হয়েছেন। এই জন্য আমরা সবাই ক্ষীরসাগরে বিরাজমান সনাতন দেব ভগবান নারায়ণের আরাধনা করি। তিনি প্রসন্ন হলেই জগতের কল্যাণ হবে। এই ঠিক করে ব্রহ্মা সম্পূর্ণ দেবতা ও ভৃগু ইত্যাদি মহর্ষিগণের সাথে ক্ষীরসাগরে গেলেন ও বিধিপূর্বক পুরুষমুক্ত দ্বারা তাঁর আরাধনা করতে লাগলেন। এতে প্রসন্ন হয়ে ভগবান সব দেবতাদের দর্শন দিলেন। তখন ভগবান বললেন দেবতারা অত্রিকুমার দুর্বাসার শাপে ভগবতী লক্ষ্মী অর্ন্তধান হয়েছেন। সুতরাং তোমরা মন্দরাচল পর্বতকে উঠিয়ে এনে 'ক্ষীরসমুদ্রে' রাখ ও নাগরাজ বাসুকীকে দড়ি বানিয়ে পর্বতকে বেধে মন্থন কর। তখন দৈত্য, গন্ধর্ব ও দানব মিলে সমুদ্র মন্থন করে। এতে জগতের রক্ষার্থে লক্ষ্মী প্রকট হবে। তাঁর কৃপাদৃষ্টি পড়তেই তোমরা মহান সৌভাগ্যশালী হবে। আমি কূর্মরূপে মন্দরাচল পর্বতকে পিঠে ধারণ করব। তথা আমিই সব দেবতাদের মধ্যে বিরাজমান থেকে নিজের শক্তি দিয়ে তাদের বলিষ্ঠ করব। এই বলে ভগবান সেখান থেকে অর্ন্তধান হয়ে গেলেন।

তারপর সব দেবতাও মহাবলী দানব মন্দরাচল পর্বতকে তুলে এনে ক্ষীরসাগরে ফেলল। ঐ সময় অমিত পরাক্রমী ভগবান নারায়ণ কচ্ছপ রূপে প্রকট হয়ে পর্বতে নিজের পিঠে ধারণ করলেন ও একহাত দিয়ে সর্বব্যাপী অবিনাশী প্রভু পর্বতের শিখর ধরে রেখেছিলেন। তখন দেবতা ও অসুর মন্দরাচল পর্বতে নাগরাজ বাসুকিকে দড়ির মত বেধে ক্ষীরসাগর মন্থন করতে লাগল। যে সময় মহাবলী দেবতা লক্ষ্মীকে প্রকট করার জন্য মন্থন করতে লাগল ঐ সময় সব মহর্ষি উপবাস করে মন ও ইন্দ্রিয়কে সংযমপূর্বক শ্রী সুক্ত ও বিষ্ণুসহস্রনাম পাঠ করতে লাগলেন। শুদ্ধ একাদশী তিথিতে সমুদ্র

মন্থন শুরু হল। ঐ সময় লক্ষ্মীর প্রার্দুভাবের ইচ্ছায় শ্রেষ্ঠ ব্রাক্ষ্মণ ও মুনি ঋষিগণ ও ভগবান লক্ষ্মীনারায়ণের ধ্যান ও পূজা করলেন।

সমুদ্রমন্থন

মন্থনের প্রথমে কালকুট নামক ভয়ংকর বিষ প্রকট হয় যে নাকি অনেক বড় একটা পিন্ডাকার ছিল। ওটা প্রলয়কালীন অগ্নির সমান অত্যন্ত ভয়ংকর দেখাচ্ছিল। ওটা দেখামাত্রই দেবতা ও দৈত্য সবাই ভয়ে চলে গেল। শ্রী শঙ্কর নিজের হৃদয়ে সবদুঃখহারী ভগবান নারায়ণের ধ্যান করলেন ও তিন বার নামরূপী মহামন্ত্র ভক্তিপূর্বক জপ করে ভয়ংকর বিষ পান করলেন। **অচ্যুত, অনন্ত ও গোবিন্দ এই তিনই শ্রীহরির নাম। ওঁ অচ্যুতায়নমঃ, ওঁ অনন্তায়নমঃ ও ওঁ গোবিন্দায় নমঃ। যে এই তিন নাম একাগ্রচিত্ত হয়ে জপ করে তার কাল ও মৃত্যুতে ভয় থাকে না।**

তারপর সমুদ্র মন্থন করার পর লক্ষ্মীজীর বড় বোন দরিদ্রাদেবী প্রকট হলেন। তিনি দেবতাদের জিজ্ঞাসা করলেন যে আমাকে আজ্ঞা করেন। তখন দেবতা তাকে বললেন যে ঘরে প্রতিদিন কলহ হয় সেখানে তোমাকে থাকতে স্থান দিলাম। তুমি অমঙ্গালকে সাথে নিয়ে ঐসব ঘরে গিয়ে বাস কর। যে সদা মিথ্যা বলে, যেখানে কঠোর ভাষা প্রয়োগ হয় ঐ সব ঘরে দুঃখ ও দরিদ্রতা প্রদান করে তুমি নিত্য বসবাস কর।

দরিদ্রাদেবীকে এই আদেশ দিয়ে পুনরায় দেবতারা ক্ষীরসাগর মন্থন আরম্ভ করলেন। তখন সুন্দর নেত্র বারুণী দেবী প্রকট হলেন যাকে নাগরাজ অনন্ত গ্রহণ করলেন। তারপর সমস্ত শভু লক্ষণে সুশোভিত ও সব প্রকারের অলংকারে আভুষিত হয়ে এক স্ত্রী প্রকট হল যাকে গরুড় নিজের পত্নী স্বীকার করল। এরপর দিব্য অপ্সরা ও মহাতেজস্বী গন্ধর্ব উৎপন্ন হল যে নাকি

অত্যান্ত রূপবান ও সূর্য চন্দ্রের সমান তেজস্বী । তারপর ঐরাবত, উচ্চৈশ্রবা, ঘোড়া, ধনন্তরী বৈদ্য, পারিজাত বৃক্ষ ও সব কামনায় পূর্ণ সুরভি গাই প্রার্দুভাব হল। এসবই ইন্দ্র প্রসন্নর সঙ্গো গ্রহণ করলেন।

দ্বাদশীর প্রাতঃকালে মহালক্ষ্মী প্রকট হলেন। তাকে দেখে দেবতাদের খুব আনন্দ হল। তারপর ক্ষীরসাগর থেকে শীতল এবং অমৃত ময়ী কিরণ যুক্ত চন্দ্রমা প্রকট হল যে লক্ষ্মীর ভাই হয়। এরপর শ্রী হরির পত্নী তুলসীদেবী প্রকট হলেন। জগন্মাতা তুলসীর প্রার্দুভাব শ্রীহরির পূজার জন্যই হয়েছে। তারপর সব দেবতা প্রসন্ন চিত্তে মন্দরাচলকে যথাস্থানে রেখে এলেন ও লক্ষ্মীর স্তুতি করতে লাগলেন। তখন লক্ষ্মী প্রসন্ন হয়ে বললেন তোমরা আমার কাছে মনোবাঞ্ছিত বর চাও।

দেবতারা বললেন—বিষ্ণুর প্রিয়তমা লক্ষ্মীদেবী! আপনি আমাদের প্রতি প্রসন্ন হয়ে শ্রীবিষ্ণুর বক্ষস্থলে নিবাস করেন। কখনো ভগবানের থেকে আলাদা হবেন না ও তিনলোক কখনো পরিত্যাগ করবেন না। তখনই বক্ষ্মা ও ভগবান নারায়ণ প্রকট হলেন। সব দেবতা হাত জোড় করে বললেন মহারাণী লক্ষ্মীকে জগতের রক্ষার জন্য গ্রহণ করেন। এ কথা বলে বক্ষ্মা ও দেবতারা দিব্য পিঠ পর ভগবান বিষ্ণু ও লক্ষ্মীকে বসিয়ে দুজনকে পুজা করলেন। ক্ষীরসাগরে যে কোমল দলোয়ালা তুলসীদেবী প্রকট হয়েছিল তার দ্বারা দেবতারা ভগবান নারায়ণের চরণযুগল অর্চনা করল। এতে সর্বেশ্বর ভগবান শ্রীহরি লক্ষ্মীর সাথ প্রসন্ন হয়ে দেবতাদের মনোবাঞ্ছিত বরদান দিলেন। তখন থেকে দেবতাও মনুষ্য ইত্যাদি প্রাণী খুব প্রসন্ন থাকতে লাগল। তাদের ওখানে ধনধান্য বৃদ্ধি হয়েছে ও নিরোগ হয়ে অত্যন্ত সুখ অনুভব করতে লাগল।

লক্ষ্মীর সহিত ভগবান বিষ্ণু প্রসন্ন হয়ে সম্ ূর্ণ লোকের হিতের জন্য মহামুনি ও দেবতাদের বললেন একাদশী তিথি পরম পুন্যময়ী। ইহা সব উপদ্রব শান্ত করে।

তোমরা লক্ষ্মীর দর্শন পাওয়ার জন্য এই তিথিতে উপবাস করেছ। এই জন্য এ দ্বাদশী তিথি আমার সর্বদা প্রিয়। আজ থেকে যারা একাদশী উপবাস করে দ্বাদশীর প্রাতঃকালে সূর্যোদয় হওয়ার পর শ্রদ্ধার সহিত লক্ষ্মী ও তুলসী দিয়ে আমার প্রজা করবে সে সব বন্ধন থেকে মুক্ত হয়ে আমার পরম পদ প্রাপ্ত হবে।

এই কথা বলে ভগবান বিষ্ণু মুনিদের দ্বারা নিজের স্তুতি শুনতে শুনতে লক্ষ্মীর নিবাস স্থান ক্ষীরসাগরে চলে গেলেন। সেখানে শেষনাগের শয্যার উপর লক্ষ্মীর সাথে থাকলেন। সব দেবতা কচ্ছপরূপী সনাতন ভগবানের ভক্তি পূজা করে প্রসন্ন হলেন।

ভগবানের আদেশ মেনে ব্রক্ষ্মা ও দেবতা, সিদ্ধ, মনুষ্য, রোগী তথা

মুনিশ্রেষ্ঠ খুব ভক্তির সঙ্গে একাদশী তিথির উপবাস ও দ্বাদশী তিথিতে ভগবানের পূজা করতে লাগলেন।

শাস্ত্রের প্রমাণে একাদশীর মহত্ব

১. যাদের মনে ভৌতিক ইচ্ছা আছে ও মোক্ষ প্রাপ্তির জন্য অথবা নিজের উদ্দেশ্য পূর্তির জন্য প্রত্যেক একাদশী উপোস করা উচিৎ। কিন্তু একাদশীর সত্যিকারের উদ্দেশ্য হল ভগবানকে আনন্দ দান করা।

২. শুক্লপক্ষ ও কৃষ্ণপক্ষ ভরণী নক্ষত্র বা অন্য কোন কারণ হোক ভগবান শ্রীহরির প্রেম ও তাঁর ধাম প্রাপ্তির জন্য প্রত্যেক ব্যক্তির একাদশী উপবাস করা কর্তব্য।

৩. কাশী, গয়া, গঙ্গা, নর্মদা, গোদাবরী ও কুরুক্ষেত্র এদের মধ্যে কোন তীর্থই একাদশীর মত হতে পারে না।

৪. হাজার অশ্বমেধ যজ্ঞ ও অজুত বাজপেয় যজ্ঞ করে যে পুণ্য প্রাপ্ত হয় সেই পুণ্যের তুলনা একাদশীর উপবাসে প্রাপ্ত পুণ্যের ষোল ভাগের এক ভাগ হয় না।

৫. এই পৃথিবীতে ভগবান পদ্মনাভের দিনের সমান (অর্থাৎ একাদশীর সমান) শুদ্ধি প্রদান করতে ও পাপ দুর করতে পারে এমন অন্য কোন দিন নেই।

৬. হে প্রভু এগারো ইন্দ্রিয় দ্বারা (চক্ষু, কর্ণ, নাসিকা, জিহ্বা ও ত্বক এই পাঁচ জ্ঞানেন্দ্রিয়, মুখ হাত পা ও গুহ্যদ্বার ও জননেন্দ্রিয় এই পাচঁ

কর্মেন্দ্রিয় ও মন এদের দ্বারা) করা পাপ কর্ম প্রত্যেক এক পক্ষের এগারো দিনে (একাদশী) উপবাস করাতে নষ্ট হয়ে যায়।

৭. হে রাজা! নিজের পাপ নষ্ট করার জন্য একাদশীর সমান প্রভাবী উপায় অন্য কিছুতে নেই। যদি কোন ব্যক্তি কেবল দেখানোর জন্য একাদশী করে তাহলেও সেই ব্যক্তির মৃত্যুর পর যম দর্শন হয় না।

৮. ভগবান শ্রী কৃষ্ণের অবতার মহর্ষি বেদব্যাস বলেছেন - আমার দিনে (একাদশী) যদি কোন ব্যক্তি আমাকে সত্ত্ব অন্ন অর্পন করে তাহলে সে নরকে যাবে। তাহলে কোন ব্যক্তি যদি স্বয়ং অন্ন খায় তার কি গতি হবে? একথা বলা বাহুল্য।

৯. স্বমাতৃগমন, গোমাংস ভক্ষণ করা, ব্রাক্ষ্মণ হত্যা ও শরাব পান করা এসব পাপ একাদশীর দিন অন্ন খাওয়ার পাপ থেকেও ক্ষুদ্র।

১০. যে মানুষ একাদশী পবিত্র দিনে অন্ন খায় সে মনুষ্যর মধ্যে হীন। যদি কেউ এইরকম মানুষের অশভু চেহারা দেখে তাহলে তাকে সর্যূ দেখে নিজেকে পবিত্র করতে হবে।

১১. একাদশীর দিন (শ্রীহরির দিন) এই পৃথিবীতে সব বড় বড় পাপ যেমন ব্রক্ষহত্যা (ব্রাক্ষ্মণকে মারার পাপ) অন্নতে আশ্রয় নেয়।

১২. যদি নিজের পিতা, পুত্র, পত্নী ও বন্ধু ভগবান পদ্মনাভের দিনে যদি অন্ন খায় তাহলে পাপীদের সঙ্গো গণনা হবে।

১৩. দশমীর দিন একবার খাবে। একাদশীর দিন পূর্ণ উপবাস থাকবে। একাদশীর দিন শ্রাদ্ধ, তিলোদক, পিন্ডপ্রদান, জলতর্পণ ইত্যাদি কার্য করতে নেই।

১৪. রজঃস্বলা অবস্থাতেও কোন মহিলা একাদশীতে অন্ন খাবে না।

১৫. বিধবা স্ত্রী যদি একাদশীর দিন অন্ন ভোজন করে তাহলে সব পুণ্য শেষ হয়ে যায় ও প্রতিদিন এক গর্ভপাত করার পাপ সঞ্চয় করে।

দ্বাদশীতে তুলসী-পাতা চয়ন বর্জিত

ন ছিন্দ্ব্যাত তুলসী বিপ্রদ্বাদশ্যাং বৈষ্ণবঃ ক্বচিত্।।

(হরিভক্তিবিলাস ৭/৩৫৪ বিষ্ণু ধর্মোত্তর পুরাণ)

হে ব্রাক্ষ্মণ বৈষ্ণব কখনো দ্বাদশীর দিন তুলসী পাতা চয়ণ করবে না।

ভানুবারং বিনা দুর্বাতুলসী দ্বাদশী বিনা।
জীবিতস্ত অবিনাশায় ন বিচিন্বিত ধর্মবিত।।

(হরিভক্তিবিলাস ৭/৩৫৫ গরুড় পুরাণ)

শাস্ত্রজ্ঞ ব্যক্তি যদি নিজের আয়ু কমাতে না চান তাহলে তাকে রবিবার দিন দুর্বাঘাস ও দ্বাদশীতে তুলসী পাতা চয়ণ করবেন না।

দ্বাদশ্যাং তুলসীপত্রং ধাত্রী পত্রশ্চ কার্তিকে।
লুনতি স নরো গচ্ছেত নিরয়ং অতি গর্হিতম ॥

(হরিভক্তিবিলাস ৭/৩৫৬ পদ্মপুরাণ কৃষ্ণ ও সত্যভামা সংবাদ)

যদি কেউ দ্বাদশীর দিন তুলসী পাতা চয়ণ করে ও কার্তিক মাসে আমলকির পাতা চয়ণ করে তাহলে তাকে অত্যন্ত গর্হিত নরকলোক প্রাপ্তি হয় ও দুঃখ ভোগ করতে হয়।

একাদশীর দিন আনাজ ও শ্যামা চাল নিষিদ্ধ

ছদ্মাবেশী বৈষ্ণব শ্যামা চাল (বরই চাল) সুজী, ছোলা, ইত্যাদি আনাজ না মনে করে একাদশীর দিন সেবন করে। আনাজের অর্থ 'অন্ত যোগ্য অন্নম'। সত্যি কথা বলতে ভগবান হরির দিন (অর্থাৎ একাদশীর দিন) আনাজের তৈরী কোন রকম ব্যঞ্জন স্বীকার যোগ্য নয়। ফল, মূল, জল ও দুধ রূপী **অনুকল্প**** নেওয়াতে উপবাস ভাঙে না।

যদি কেউ সম্পূর্ণ না খেয়ে থাকতে অসমর্থ হয় তাহলে অনুকল্প স্বীকারের ব্যবস্থা আছে। শংকর ও পার্বতীর মধ্যে সংবাদ পদ্মপুরাণে দ্রষ্টব্য-

অন্নন্তু ধান্য-সংভুতং গিরিজে যদি জায়তে।
ধান্যানি বিবিধানীহ জগত্যাং শৃণু যত্নতঃ ॥
শ্যাম-মাস-মসুবাশ্চ ধান্য কৌদ্রব সর্ষপাঃ।
যব-গোধুম-মুদ্রাশ্চ্রতিল-কংগু-কোলথকাঃ ॥
গবেধুকাশ্চ্রনিবারা আতকশ্চ্রকলায়কাঃ।
মান্ডুকো বজ্রকো রক্ষ কীচকো বড়কস্তথা।
তিল কশ্চ্রনকাদ্ধশ্চ্রধান্যানি কথিতানীহ ॥

"হে গিরিজে (হিমালয় পর্বতের কন্যা) অনাজ থেকে উৎপন্ন ব্যঞ্জন অন্ন নামে জানা যায়। এই জগতে অনেক প্রকারের অনাজ আছে। এদের সচূী আপনাকে বলছি মন দিয়ে শোন- শ্যামা চাল, মসুর ডাল, বীণ, কোদ্রব (এক প্রকারের ধান গরীবরা খায়) তিল, পঞ্জু, কুলথ, গবেধুক (তুন ধান্য) আতপ, মটর, মন্ডুক, বাজরা, রল্ক, কীচক, (বাস ধান্য) বরবটী, তিলক (ঘরের অনাজ) ছোলা ইত্যাদি। এর মধ্যে জোয়ার ও মক্কা পরে। এই জন্য শ্যামা চাল, গমের আটা, ছোলা ইত্যাদি ব্যঞ্জনকে অন্ন ধরা হয়। সুতরাং একাদশীর দিন এসব খাওয়ার অযোগ্য।"

একাদশীতে সাবুদানা ও চা বর্জিত

আহার শরীরকে শক্তি দেয় ও উপবাস আমাদের আরোগ্য করে। উপবাস নিয়মমত পালন করলে তাতে লাভ হয়। ভুল পদ্ধতিতে পালন করলে উপবাস অনেকসময় রোগ উৎপন্ন করে। পেট ভিতর থেকে সাফ করার জন্য ফোলিক অ্যাসিড কাঁচা ফলে সর্বাধিক পরিমাণে পাওয়া যায়। এই জন্য উপবাসের দিন সম্ভব হয় তো রান্না করা, ভাজা, তেলে ভাজা, সিদ্ধ কিছু খাওয়া ও পান করা উচিত নয়। এই রকমই অনাজ ও অন্ন জাতীয় পদার্থ খাবে না। **समुद्री नमक भी उपवास को वर्जित हैं। इस का अर्थ हैं–केवल कच्चे फल खाना चाहिए।** কলা, কমলালেবু, কাঠাল, আলু, মিষ্টি আলু এসব চলবে কিন্তু কাঁচা। অনেক লোক উপবাসের দিন চা পান করে। চাতে জানোয়ারের রক্ত থাকে। উপবাসের দিন চা পান করলে ভগবান কি করে খুশী হবে?

সাধারণত সাবুদানাকে শাকাহারী বলা যায় ও উপবাসে এর প্রয়োগ করা হয়। কিন্তু আপনি জানেন কি যে শাকাহারী সাবুদানা আসলে মাংসাহারের সমান অত্যন্ত অপবিত্র। আপনি কি এর স্বরূপ জানেন! সাবুদানা (Tapioca) 'কসাবা' (Cassava, Manihot esculenta) নামক বনস্পতির মূল থেকে তৈরী হয়। একথা সত্যি। কিন্তু সাবুদানা তৈরীর পদ্ধতি এতই অপবিত্র যে তাকে শাকাহারী ও স্বাস্থ্যপ্রদ বলা ও সত্যের বিপর্যয় হবে।

সাবুদানা বানানোর জন্য সর্বপ্রথম কসাবা **বনস্পতির** মূলকে খোলা ময়দানে অবস্থিত কুয়োতে ফেলা হয়। তারপর রাসায়নিক বিক্রিয়ার দীর্ঘকাল পর্যন্ত পচানো হয়। পচানোর পর সাবদু ানা অনেক মাস পর্যন্ত্য খোলা আকাশের নীচে পড়ে থাকে। রাত্রিতে কুন্ডতে তাপ দেওয়ার জন্য বড় বড় বাল্ব লাগানো হয়। এই জন্য জলন্ত বাল্বের সামনে ছোট বড় বিষাক্ত কীট পতঙ্গ ও কুন্ডতে পড়ে মরে যায়। এই কুন্ডে পচা সাবদু ানার উপর জল ঢালা হয় যে কারণে ওতে সাদা রঙের কোটি কোটি লম্বা কৃমি উৎপন্ন হয়। এরপর এ দানা শ্র মিকরা পা দিয়ে পারায়। এই প্রক্রিয়ার সময় ওতে পরে থাকা কীট

পতঙ্গ ও সাদা কৃমি কুচলে যায়। এ ক্রিয়া অনেকক্ষণ চলে, এরপর ও গুলোকে মেশিনে দিয়েও ছোট ছোট মুক্তোর মত দানা বেরিয়ে আসে। ওকে সাবু দানা নাম ও রূপ দেওয়া হয়। কিন্তু এই চমকের পিছনে যে কত অপবিত্রতা লুকিয়ে আছে। সেটা সবার দৃষ্টি গোচরের বাইরে।

সাবদুানা বানানোর সময় ওতে জিলেটিন নামক একপ্রকার কেমিক্যাল মিশায়। এ জিলেটিন তৈরী হয় দেশী গরুও বাছুরের পেটের অন্ত্র দিয়ে। এর অর্থ সাবুদানা খাওয়া আর মাংস খাওয়া সমান, সাবুদানা খেলে কম সে কম দু'দিন পর্যন্ত হজম হয় না। এতে পাচনক্রিয়া খারা প হয়,মলবোরোধ হয় ও পরে ববাসীর (অর্শ রোগ) হতে পারে। এই জন্য একাদশীর দিন সাবদুানা খাওয়া উচিৎ নয়।

একাদশীর একটি মজার লীলা

এক সময়ের ঘটনা—'হরি' নামের একটি ছেলে একটি গ্রামে থাকত। হরি অশিক্ষিত ছিল। শিক্ষা না থাকায় তার মধ্যে জ্ঞান কম ছিল ও আলসে ছিল। তখন গ্রামের লোক ওকে বলত, "যে তুই তো 'খাওয়ার জন্য কাল ও ভূমির ভার হয়ে আছিস।' তুই কোন মঠে চলে যা। সেখানে সেবা করলে তোর পেট ভরে প্রসাদ মিলবে।"

হরিরও ভালো ভালো খাবার খাওয়ার ইচ্ছা ছিল। একথা শুনে হরি অযোধ্যা এল। অযোধ্যা এসে হরি কোথাও এক ভাল মঠ খুঁজতে লাগল। তো এক মঠ পেল। ঐ মঠে যে সাধু ছিল তাকে হরি দর্শন করল। ও লক্ষ্য করল যে ঐ মঠে যেসব সাধু থাকে তারা খুব হৃষ্ট পুষ্ট। তখন ও অনুমান করল যে এই মঠে নিশ্চয়ই প্রচুর পরিমাণে প্রসাদ উপলব্ধ।

ঐ মঠের মহন্তকে হরি ভেট দিল। ও মঠে থাকার জন্য মহন্তর কাছে আদেশ চাইল ও মহন্তকে প্রশ্ন করল, "গুরুদেব এই মঠে প্রতিদিন কতবার প্রসাদ পাওয়া যায়?" মহন্তজী উত্তর দিলেন, "এখানে দিনে দুইবার প্রসাদ পাওয়া যায়—সকাল ও রাত।"

হরি বলল, "আমার তো দিনে তিনবার প্রসাদ পাওয়া ইচ্ছা"। তখন মহন্ত বলল, "কোন চিন্তা কোরো না। সকালের প্রসাদ একটু বেশী নিয়ে দুপুরের জন্য রেখে দিও। ঐ প্রসাদ দুপুরে পেও।

তো হরি মঠে থেকে গেল। মঠে হরিকে যা কিছু সেবা দেওয়া হয় ও তা সুষ্ঠ রূপে সম্ াদন করে। এই ভাবে ওর জীবন সুখে কাটতে থাকল।

একদিন সকালে হরি দেখল মঠের রন্ধনশালায় কেউ সবজী কাটতে আসেনি। তখন হরি এক মঠবাসীকে জিজ্ঞাসা করল আজ কি রান্না ঘরে কিছু তৈরী হবে না? আজ রান্নাঘর খালি কেন? মঠবাসী বলল আরে হরি তুই জানিস না নাকি? আজ একাদশী। আজ মঠে খাবার তৈরী হবে না। আজ মঠের সব ভক্ত একাদশী উপবাস পালন করবে। কেউ কিছু খাবেও না পানও করবে না।

একথা শুনে হরি খুব বিচলিত হল ও বিচার করতে লাগল একাদশী উপবাস করা তো আমার পক্ষে অসম্ভব আমি দিনে তিন সময় না খেয়ে থাকতে পারি না কৃপা করে আজ আমার খাওয়ার ব্যবস্থা করেন। না হলে আমি অন্য মঠে চলে যাব।

তখন মহন্ত বললেন আরে হরি আজ কোন মঠেই অন্ন প্রসাদ পাওয়া যাবে না আজ সব মঠেই একাদশী পালন করা হয় কিন্তু চিন্তা করিস না আমি তোকে ডাল, চাল, আটা, তেল, মশলা, সবজী ইত্যাদি রান্নার সামগ্রী দিচ্ছি তুমি নিজে চাল, সবজী, ডাল, রুটি, চাটনী ইত্যাদি ব্যঞ্জন তৈরী করে রামকে নিবেদন করে নিজে প্রসাদ পাও।

গুরুদেব হরিকে রান্নার সব সামগ্রী দিলেন। হরি রান্না করা শুরু করল। হরি আজ প্রথমবার রান্না করল। হরির রান্নার অভ্যেস না থাকাতে রুটি একটু পুড়ে গেছে। কিন্তু ও গুরুজীর আদেশানুসার দুটো থালাতে এক রাম ও একটি নিজের জন্য খাবার রাখল। তারপর হরি বলতে লাগল, হে রাম আপনি তাড়া তাড়ি আসেন আমার উপর কৃপা করেন ও ভোগ স্বীকার করেন। আপনাকে না অর্পণ করে আমি ভোজন করতে পারব না। কিন্তু রাম এল না। তখন রামকে খুশী করার জন্য অত্যন্ত কাতর হয়ে রামকে ডাকতে লাগল হে রাম আজ একাদশী, আজ মঠে পেরা, বরফী, হালুয়া এদের মধ্যে কোনটাই আজ পাবেন না। আমি কোন প্রকার কিছু অন্ন সবজী ও রুটি তৈরী করেছি। আপনি ভোজন করেন।

[শ্রীমতী সীতাদেবী ও শ্রীরামের সেবায় রত শ্রী লক্ষণও শ্রী হনুমান]

হরিবার বার অনুরোধ করাতে ভগবান শ্রীরামের হৃদয় দ্রবীভূত হল ও তিনি শ্রীমতী সীতাদেবীকে নিয়ে প্রকট হলেন। শ্রীরাম কখনো একলা থাকেন না। শ্রীমতী সীতাদেবী সর্বদা তাঁর সাথে থাকেন হরি শ্রীরাম ও সীতাদেবীকে দর্শন করল কিন্তু সীতাদেবীকে দেখে হরি আশ্চর্য হয়ে গেল সে বারবার সীতাদেবীর আপাদমস্তক দেখতে লাগল ও দ্বিতীয় থালার দিকে একবার দেখল।

তখন শ্রীরাম ওকে জিজ্ঞাসা করল আরে হরি কি হল তোর? তুই ঠিক আছিস তো? আমাদের দুজনকে দেখে তার আনন্দ হয় নি?

হরি বলল আপনাদের দুজনকে দেখে আমার অপার আনন্দ হয়েছে কিন্তু আমি তো দুইটি থালাই ভোজন তৈরী করেছি। একটি আপনার আরেকটি আমার। কিন্তু শ্রীমতী সীতাদেবী আসবেন তাতো আমি জানতাম না।

"স্বয়ং নিজের থালার ভাগ শ্রীমতী সীতাদেবীকে অর্পণ করা আমার কর্তব্য।" তাই ভেবে একটি থালা শ্রীরামকে ও আর একটি থালা সীতাদেবীকে অর্পণ করল। নিজের জন্য ভোজন না থাকায় হরির একাদশী নির্জলা উপবাস সম্পন্ন হল।

আগামী একাদশী এল। হরি শ্রীগুরুদেবের কাছে গিয়ে প্রার্থনা করে বলল, "হে শ্রীগুরুদেব, গত একাদশী থেকে একটু বেশী রেশন সামগ্রী আমাকে দেবেন।" শ্রীগুরুদেব ওর প্রার্থনা শুনে একটু বেশী পরিমাণ রেশন রান্নার জন্য দিলেন। ঐদিন হরি তিনটি থালার মত ভোজন তৈরী করেছে।

দুই থালা শ্রীরাম ও সীতাদেবীর ও ৩য় থালা নিজের জন্য। তারপর হরি বড় ভালোবেসে ভগবানকে ডাকতে লাগল, "হে রাম! শ্রীমতী সীতাদেবীর সাথে আপনি প্রবেশ করুন, আমি আপনাদের দুজনের জন্য থালা তৈরী রেখেছি। আপনারা ভোজন করেন।"

কিন্তু আজ শ্রীমতী সীতাদেবী ও শ্রীরামের সঙ্গে শ্রী লক্ষণ হাজির হলেন। তখন হরির আর্শ্চযের সীমা রইল না। ও একবার তৃতীয় থালা ও একবার লক্ষণের দিকে দেখতে লাগল ও বুঝতে পারল একটি থালা লক্ষণকে দিতে হবে। তখন শ্রীরাম হরিকে বলল, "আরে হরি তুমি আর্শ্চয হয়ে কি দেখছ? আমাদের তিনজনের আগমনে তুমি সন্তুষ্ট হওনি?"

তখন হরি উত্তর দিল, "হে ভগবান শ্রীরামচন্দ্র, আমি পুরোপুরি সন্তুষ্ট। আপনারা তিনজন পেট ভরে আহার করেন।" তখন শ্রীরামচন্দ্র, শ্রীমতী সীতাদেবী ও লক্ষণ ভোজন করে সেখান থেকে অর্ন্তধান হলেন।

আগামী একাদশীতে হরি গুরুদেবের কাছে পুনরায় গিয়ে মিনতি করল। "হে গুরুদেব আজ আমাকে গত একাদশীর থেকেও বেশী রেশন ও রান্নার সামগ্রী প্রদান করে কৃপা করেন।"

শ্রীগুরুদেব গত একাদশী থেকে বেশী পরিমাণ রেশন ও রান্নার সামগ্রী প্রদান করলেন। ঐ একাদশী হরি বেশী ভোজন তৈরী করে চার থালায় সাজিয়েছে। এক থালা শ্রীরামচন্দ্র, এক শ্রীমতী সীতাদেবী, এক লক্ষণ ও একটি নিজের জন্য।

তারপর হরি ভগবানকে ডাকতে লাগল, "হে ভগবান শ্রীরামচন্দ্র! আপনারা সবাই আসেন ও ভোগ স্বীকার করেন, ভোজন তৈরী।"

ওর আকুল প্রার্থনা শুনে শ্রীরামচন্দ্র প্রকট হলেন কিন্তু তাঁর সাথে শ্রীমতী সীতাদেবী, শ্রীলক্ষণ ও হনুমানকে দেখতে লাগল। তো শ্রীরাম হরিকে

জিজ্ঞাসা করল, "এ হরি, আমাদের দেখে তুই সন্তুষ্ট না?"

তখন হরি উত্তর দিল, "হ্যাঁ শ্রীরামচন্দ্র, আপনার সবার দর্শন প্রাপ্ত হওয়ায় আমার খুব আনন্দ হচ্ছে।" এই কথা বলে হরি নিজের থালা হনুমানকে দিল ও সে নির্জলা উপবাস রইল।

ভোজনের পর শ্রীরামচন্দ্র সবার সাথে অর্ন্তধান হবেন তখন হরি ভগবানের কাছে প্রার্থনা করল, "হে রাম আগামী একাদশীতে আপনি কতজন ভক্তের সঙ্গে আসবেন আমাকে প্রথমেই বলে দেন। তাহলে আমি ততলোকের প্রসাদ তৈরী করে রাখব।"

একথা শুনে শ্রীরামচন্দ্র কিছু বললেন না । একটু হেসে নিজের পার্ষদের সঙ্গে অর্ন্তধান হলেন। এরপরের আগামী একাদশীর দিন হরি শ্রী গুরুদেবকে মিনতি করে বলল, "হে গুরুদেব আমাকে আগের একাদশীর থেকেও অনেক বেশী রেশন সামগ্রী চাই। আমি একজনের জন্য ভোজন বানালে তো দুজন আসে, দুইজনের বানাই তো তীনজন আসে, তীন জনের বানাই তো চারজন আসে। এইজন্য অনেক বেশী রেশন সামগ্রী আমাকে দেন।"

গুরুদেব একদম বুঝতে পারছিল না যে হরি কার জন্য এত রেশন সামগ্রী চাইছে। তার মনে হল নিশ্চয়ই হরি কেউকে প্রসাদ বিতরণ করে। তবুও ঐ একাদশীতে গুরুদেব ওকে অনেক বেশী রেশন সামগ্রী প্রদান করল। তারপর চুপচাপ হরির পিছনে পিছনে গুরুদেব রান্নাঘরে গেলেন।

হরি সব রেশন সামগ্রী রান্নাঘরে রেখে দিল কিন্তু হরি আজ কিছু রান্না করল না সামগ্রী রান্না ঘরে রেখে বলল, "হে সীতাদেবী, হে রাম, হে লক্ষণ, হে হনুমান আপনারা সবাই আসেন। আজ রান্নার জন্য সব রেশন সামগ্রী তৈরী আছে।"

ঐসময় রাম, সীতা, লক্ষণ, হনুমান ও অন্যান্য শ্রীরামের পারিষদ —যেমন জাম্বুবন্ত, নল, নীল, সুগ্রীব, অঙ্গাদ এরা ঐ স্থানে প্রকট হল রাম ডাল ধুতে লাগল, সীতাদেবী রুটির জন্য আটা মাখতে লাগল। হনুমান উনুন জ্বালানোর জন্য কাঠ কাটতে লাগল। লক্ষণ সবজী কাটতে সাহায্য করল। সুগ্রীব ও জাম্বুবন্ত উনুন জ্বালাতে লাগল। এই ভাবে শ্রীরামের সাথে তাঁর পারিষদ খাবার রান্না করতে লাগল ।

তখন গুরুদেব সেখানে এলেন। তিনি হরিকে জিজ্ঞাসা করলেন, "আরে কিছু বানাচ্ছ না কেন? হাতে হাত রেখে বসে আছ কেন? রান্না কর।" তখন হরি বলল—"গুরুদেব আপনি নিজেই দেখেন, রাম, সীতা, লক্ষণ, হনুমান, অঙ্গাদ, সুগ্রীব, জাম্বুবান ও সব ভগবানের পার্ষদ রান্নায় যোগ দিয়েছে।"

ঐ সময় হরি শ্রীরামের নিকট প্রার্থনা করল, হে রাম আপনি

তাড়াতাড়ি সপরিবারে আমার গুরুদেবকে দর্শন দেন। তা না হলে তিনি আমাকে মিথ্যাবাদী বলবেন আর আমাকে বিশ্বাস করবে না তখন ভগবান শ্রীরাম পারিষদ সহিত হরির গুরুদেবকে দর্শন দিলেন। গুরুদেবের খুবই আশ্চর্য হল। তাঁর নয়ন থেকে অশ্রু বরিষণ হতে লাগল। এই লীলা দেখে শ্রী হরির শুদ্ধ ভক্তি প্রাপ্ত হল।

এর অর্থ হল যে একাদশীর দিন ভগবানের ইচ্ছা যে আমরা নয় প্রকারের অনাজ না খাই। যদি আমরা সুস্থ ও সবল হই তাহলে কিছু না খেয়ে ও না পান করে একাদশী ব্রত অনুষ্ঠান করা উচিৎ।

এই জন্য রাম প্রথম দিন এক থালা ভোগ স্বয়ং গ্রহণ করলেন ও দ্বিতীয় থালা সীতাদেবীকে দিলেন। কিন্তু হরির জন্য অন্ন প্রসাদ একটুও রাখেন নি। এরপরের একাদশীতে তিনি নিজে এক থালা ও সীতাদেবীকে এক থালা ও লক্ষণকে তৃতীয় থালা প্রদান করলেন। তারপরের একাদশীতে এক থালা নিজে স্বীকার করলেন ও তিন থালা প্রসাদ শ্রীমতী সীতাদেবী, লক্ষণ ও হনুমানকে দিলেন। তারপরের একাদশীতে তিনি নিজের পার্ষদের সঙ্গে এসে স্বয়ং রান্না করে ভোগ স্বীকার করলেন ও বেচে যাওয়া প্রসাদ নিজের পারিষদদের দিলেন। কিন্তু হরির জন্য এক কনা প্রসাদ রাখলেন না।

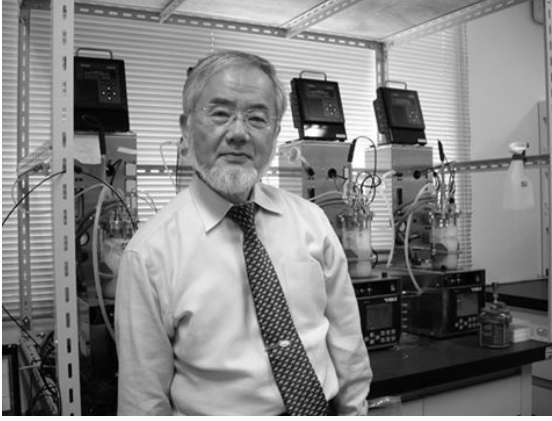
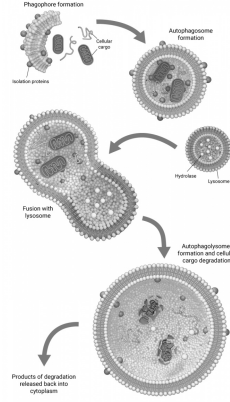
এই কাহিনীতে অনেক ভক্তিতত্ত্ব আছে। হরি সদ্ গুরুর আনুগত্যে ভজন করত কিন্তু একাদশীর ব্রত রক্ষা করেছেন ও হরিকে একাদশীর দিন অন্ন খেতে দেন নি। শেষে হরির গুরুভক্তি দেখে শ্রীরামচন্দ্র ওকে শুদ্ধ ভক্তি প্রদান করলেন।

হরি শ্রীরামের দর্শন করার পরও মনে শঙ্কা হয়েছিল যে নিজের খাবার থালা শ্রীমতী সীতাদেবী, লক্ষণ ও হনুমানজীকে দিতে হবে। এই শঙ্কার মুল কারণ হল ভোগের লালসা। ভোগের লালসা দুর হয় যখন ভক্তি দেবী হৃদয়ে প্রকট হয়।

প্রথম একাদশীর দিন ভগবান সীতা ও রাম দুই রূপ ধারণ করে ভোগ স্বীকার করেছেন। দ্বিতীয় একাদশীতে তিনি রাম সীতা ও লক্ষণ তিন রূপ ধারণ করে ভোগ স্বীকার করেছেন। তার পরের একাদশীতে ভগবান রাম লক্ষণ সীতা হনুমান চার রূপ ধরে ভোগ স্বীকার করেছেন কিন্তু চতুর্থ একাদশীতে ভগবান তার পারিষদের রূপ ধারণ করে স্বয়ং রান্না করে ভোগ স্বীকার করেছেন। এই লীলা দেখে হরির ভোগ বাসনা চলে গেল ও শুদ্ধ ভক্তি প্রাপ্ত হল।

কলহ-বিবাদের করেণেও একাদশী দিনে উপবাস করলে অজ্ঞাত সুকৃতি সঞ্চিত হয়। পুণ্য প্রদায়িনী সর্বশেষ্ঠ এই ব্রত শ্রীহরির অতি প্রিয়। একাদশী ব্রত পালনে যে ফল লাভ হয়, অশ্বমেধ, রাজসূয় ও বাজপেয় যজ্ঞদ্বারাও তা হয় না।

২০১৬ সালের নোবেল চিকিৎসা পুরস্কার অটোফেগী

জাপানের যোশিনোরী ওহসুমী অটোফেগী সম্বন্ধিত তার কাজের জন্য ২০১৬ সালে নোবেল পুরস্কার জিতেছেন। এই প্রক্রিয়ায় কোশিকা নিজেই নিজেকে আহার করে। ও ওকে বাধিত করলে পার্কিন এবং মধুমেহর মত রোগ হতে পারে। নোবল জ্যুরি বলেছেন অটোফেগী মেটার পরিবর্তনে রোগ হতে পারে ও অটোফেগী প্রক্রিয়া ক্যান্সার তথা মস্তিষ্ক সম্বন্ধিত রোগ সামিল হতে পারে।

যোশিনোরী ওহসুমী

অটোফেগী

অটোফেগী যা আমাদের শরীরে হয় এই প্রক্রিয়া যা থেকে আমাদের শরীর নিজেকে নিজে খায়। যদি আমাদের শরীরে কোন অতিরিক্ত কোশিকা বসা হয় তাহলে পুনরায় সেটা ব্যবহার করা যায়। আর নয় তো ত্যাগ করা হয়।

যদি এই প্রক্রিয়া ঠিকঠাক আমাদের শরীরে চলে তাহলে আমাদের শরীর সুস্থ থাকে। কিন্তু এই প্রক্রিয়া ঠিকমত চলার জন্য দরকার হয় সময়ে সময়ে উপবাস করা।

যদি আপনি সময় সময়ে একাদশী উপবাস না করেন তাহলে এই অতিরিক্ত কোশিকাগুলো ও নোংরা আমাদের পেটে জমা হয় যাবে আর শরীরে এই কোশিকা ও নোংরা সঞ্চয় করার জন্য অতিরিক্ত ওজন বইতে হবে।

এছাড়া শরীরের সিস্টেমে কোশিকা ও নোংরার অতিরিক্ত সঞ্চয়ের কারণে রোগের সৃষ্টি হয়। এই অতিরিক্ত কোশিকাগুলো সিস্টেম থেকে বার করে দেওয়া উচিত। ও পুনরায় উপযোগের দ্বারা সংরক্ষিত করা উচিত।

যদি অটোফেগীর এই প্রক্রিয়া আমাদের শরীরে ঠিকমত চলে তাহলে আমাদের শরীরে কোন রোগ হবে না। জাপানী নোবেল পুরস্‘‘ার বিজেতা যোশিনোরী ওহসুমী নিজের পরীক্ষাগারের সদস্যদের কিছু ওষুধ দেওয়ার চেষ্টা করলেন কিন্তু তিনি অনুভব করলেন যে সময় সময়ে উপবাসই অটোফেগী প্রক্রিয়াকে প্রবাহিত রূপে সাহায্য করতে পারে কোনও ওষুধই অটোফেগী প্রক্রিয়াকে এত প্রভাবী রূপে সাহায্য করতে পারে না।

তাহলে একাদশী উপবাস আপনাদের শরীরে চলা অটোফেগী প্রক্রিয়া সবচেয়ে ভালো উপায়। এই জাপানী বৈজ্ঞানিক এই আবিষ্কার (আবিষ্কার**) করেছেন যে একাদশী উপবাস অটোফেগী প্রক্রিয়া চলার জন্য লাভদায়ক তার এই আবিষ্কারের (আবিষ্কারের**) জন্য তাকে এই নোবেল পুরষ্কার দিয়ে গৌরবান্বিত করা হয়।

এই ভাবে আধুনিক বিজ্ঞান ও একাদশী, রামনবমী, গৌরপূর্ণিমা, নিত্যানন্দ ত্রয়োদশী, নৃসিংহ চর্তুদশী, মহাশিবরাত্রী, অদ্বৈত সপ্তমী, কৃষ্ণ জন্মাষ্টমী ইত্যাদি দিনে খাওয়া ও পান করা ত্যাগ করে পূর্ণ উপবাস পালন করাতে এই সব লাভ হবে।

যদি আমাদের শরীর সুস্থ ও নির্জলা একাদশী করতে সক্ষম হওয়াতেও যদি একাদশী তিথিকে অবহেলা করে আমরা অনুকল্প (ফল ও জল) স্বীকার করি তাহলে এই অপরাধের জন্য আমাদের এক ভয়ংকর পাপের সামনা করতে হয়।

এমন কি সংসারেও যদি আপনি প্রয়োজনে লোকেদের খাদ্য ও জল সাহায্য করতে পারেন কিন্তু ক্ষুদার্থ ও তৃষ্ণার্ত পীড়িত লোকেদের খাদ্য ও জল না দিয়ে উপেক্ষা করেন তাহলে ঐ পাপেরও প্রতিক্রিয়া হয়।

এই প্রকার যদি আপনি একাদশীর দিন পুরো দিন ও রাত উপবাস করতে সক্ষম হন কিন্তু যদি না করেন তাহলে ঐ পাপের ভাগী হতে হবে।

উদাহরণ—যখন দেবানন্দ পন্ডিতের শিষ্য শ্রীবাস পন্ডিতের চরণে অপরাধ করেছে তখন দেবানন্দ পন্ডিতও ঐ অপরাধে যুক্ত হয়েছিল। একবার শ্রীবাস পন্ডিতর(??) দেবানন্দ পন্ডিতের মুখনিঃসৃত শ্রীমদভাগবত কথা শ্রবণ করাতে ভক্তির অষ্ট স্বাত্তিক বিকারের অনুভব হতে লাগল। কিন্তু শ্রীবাস পন্ডিতের শুদ্ধ ভক্তির উন্নত স্তর অনভিজ্ঞ দেবানন্দ পন্ডিতের পারিষদরা শ্রীবাস পন্ডিতের প্রতি অসম্মানজনক ব্যবহার করে তাকে শ্রীমদভাগবত কথা থেকে নিষ্কাসিত করল।

অনুযায়ীদের এই রকম অনিয়ন্ত্রিত আচরণে দাম্ভিক দেবানন্দ পন্ডিত এক নীরব দর্শকের ভূমিকা পালন করলেন। ফলস্বরূপ শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভু দেবানন্দ পন্ডিতের উপর রেগে গেলেন। যখন দেবানন্দ পন্ডিত বক্রেশ্বর পন্ডিতের চরণকমলে আশ্রয় নিলেন তখন শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভু তাকে শ্রীবাস

পন্ডিতের চরণে করা অপরাধ ক্ষমা করে দিলেন।

এ ঘটনা আমাদের এই শিক্ষা দেয় যে সম্পূর্ণ একাদশী উপবাস রাখতে সক্ষম হয়েও যদি আমরা ফল ও দুধ মহাপ্রসাদ গ্রহণ করি তাহলে একাদশী দেবীকে উপেক্ষা করা হয়। অতএব ভগবান শ্রী কৃষ্ণের আদেশ উলঙ্ঘন করার পাপ ও অপরাধে আমরা দোষী হই। এই জন্য একাদশীর দিন অনুকল্প ও (জল ও ফল) নিতে নেই।

অনুকল্প সকলের জন্য নয়। এ তাদের জন্য যারা আশি বছরের চেয়ে অধিক, যারা রোগী, গর্ভবতী মহিলা এদের জন্য শাস্ত্রে অনুকল্প ব্যবস্থা আছে। একাদশী পালনের শুরুতে আমরা ফল ও জল নিতে পারি, কারণ জল ও ফলে থাকা ফোলিক অ্যাসিড পেট পরিষ্কারে সাহায্য করে।

যদিও ধীরে ধীরে আমাদের মহত্বপূর্ণ দিন গুলোকে যেমন একাদশী, ভগবান বিষ্ণুর অবতার ও আর্বিভাব তিথিতে জল ও ফল ত্যাগ করার অভ্যেস করা উচিৎ।

এমন কি সংসারিক অর্থে যদি আপনি কোন ক্ষুদার্থ ও তৃষ্ণায় পীড়িত ব্যক্তিকে দেখেও এক নীরব দর্শকের ভূমিকা পালন করেনও সাথে থাকেন তাহলে লোকে আপনাকে জিজ্ঞাসা করবে, "আরে তুমি একে** সাহায্য করছ না কেন? তুমি ওকে জল ও অন্নেও প্রদানের প্রয়াস কেন করছ না?"

একাদশী তত্ত্ব ও নাম তত্ত্বের মধ্যে কোন অন্তর নেই। আমরা নির্জলা একাদশী ব্রত করতে সক্ষম হয়েও যদি নির্জলা একাদশী না করি ও ভাবি যে পাপ *থাকে (থেকে??)* রক্ষা পাওয়ার জন্য অধিক সংখ্যায় হরিনাম করব। এ বিচার পবিত্র ভগবদ নামের অপরাধ হয়। আমাকে একাদশী করতে হবে। কিন্তু আমি উপবাসে সক্ষম হয়েও অনুকল্প গ্রহণ করব এ এক অপরাধ যুক্ত ভাবনা।

শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভুও একাদশীর দিন জগন্নাথের মহাপ্রসাদ গ্রহণ করেন নি। মহাপ্রসাদ অর্থ ভগবানকে নিবেদিত ফল ও অনাজও হতে পারে। কিন্তু মহাপ্রভুর একাদশীর দিন মহাপ্রসাদের স্তুতি প্রার্থনা করেন ও পরের দিন সেই প্রসাদ সেবন করেন।

এই জন্য যদি আমি সক্ষম হই তাহলে একাদশীর দিন ভগবানের নিবেদিত ফল ও মহাপ্রসাদ খেতে নেই। একাদশীর দিন নির্জলা উপবাস করে হরিণাম সংকীর্তনে সময় দেওয়া হয়, তাহলে শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভুর শতপ্রতিশত আনুগত্য বলা যেতে পারে।

হরে কৃষ্ণ হরে কৃষ্ণ কৃষ্ণ কৃষ্ণ হরে হরে।
হরে রাম হরে রাম রাম রাম হরে হরে॥

চালের পাত্র ও আমাদের পেট

যদি আপনি একটি পাত্রে রোজ ভাত রান্না করেন। কিন্তু ঐ পাত্রের ভিতর ও বাইরে ভালো করে ছাই দিয়ে না মেজে, জল দিয়ে ধুয়ে না রাখেন, তাহলে পাত্রটি কিছু দিনের মধ্যেই নোংরা হবে ও ঐ নোংরা পাত্রে ভাত রান্না করলে সেটা ক্ষতিকারক।

সেইরকমই আমাদের পেট একটি পাত্র সমান। আমরা প্রতিদিন সকালে টিফিন, দুপুরে খাবার ও রাত্রিতে খাবার খাই, তাহলে আমাদের পেটেরও ভিতরেও নোংরাও(??) দুষিত হয়। এই কারণেই মাসে দুই বার একাদশী জল ও অল্প ফল খেয়ে ব্রত রাখা উচিৎ। একাদশীর দিন উপবাস করলে আমাদের পেটের পাত্র পরিৎকার (পরিষ্কার**) হয় ও পেটের বিকার থেকে বাঁচা যায়।

একাদশী উপবাসের অদ্ভুত লাভ

অন্নেও এক প্রকার নেশা হয়। খাওয়ার পর আলস্যরূপে এই নেশা সবাই অনুভব করে থাকবেন। রান্না করা অন্নের নেশাতে এক পার্থিব শক্তিকে শাস্ত্রজ্ঞরা আদি ভৌতিক শক্তি বলেছেন।

এই আদিভৌতিক শক্তির প্রবলতা থেকে আধ্যাত্মিক শক্তি যা আমরা পুজা উপাসনার মাধ্যমে একত্রিত করি সেটা নষ্ট হয়ে যায়। এই জন্য ভারতীয় মহর্ষিগণ সব আধ্যাত্মিক অনুষ্ঠানে উপবাসকে প্রথম স্থান দিয়েছেন।

"বিষয়া বিনিবর্তন্তে নিরাহারস্য দেহিনঃ"—গীতার শ্লোক অনসুারে একাদশীর উপবাস বিষয় বাসনার নিবৃত্তি সাধন। যার পেট খালি থাকে তার মন ব্যর্থ ঘোরাঘুরি করে না। এই জন্য শরীর ইন্দ্রিয় ও মনের পর বিজয় প্রাপ্ত করতে জিতাসন ও জিতাহার হওয়া অতি আবশ্যক।

আয়ুর্বেদ ও আজকের বিজ্ঞান—এই দুটি জিনিস থেকে একই জিনিস নিষ্কাশিত যে হরিবাসর ব্রত ও একাদশী উপবাস দ্বারা অনেক শারীরিক ব্যধি সমুলে নষ্ট হয় ও মানসিক ব্যধির ও ভয় থাকে না। এর দ্বারা জঠরাগ্নি প্রদীপ্ত হয়ে শরীর শুদ্ধ হয়।

ফলাহারের তাৎপর্য এই যে ঐদিন আহারে অল্প পরিমাণ ফল সেবন করা উচিৎ। কিন্তু আজ এর অর্থ বদলে লোক সাবুদানার খিচুড়ি অথবা খাবারের থেকেও হজমে কঠিন গরিষ্ঠ স্নিগ্ধ তেলে ভাজা ও লঙ্কা মশালা যুক্ত আহার সেবন করছে। তাদের প্রতি এই মিনতি যে কেবল জল ও অল্প ফল খেয়ে একাদশী উপবাস করবেন। অন্যথা উপবাস শব্দের অপমান করা হয় এবং শরীরেরও ক্ষতি হয়। তাদের এই অবিবেক কৃত আচরণে লাভের থেকে

লোকসান হয়।

পনের দিনের পর তো একদিন উপবাস করা উচিৎ। এতে আমাশয়। যকৃত ও পাচনতন্ত্রের আরাম হয় ও শুদ্ধি হয়। এই প্রক্রিয়ার দ্বারা পাচনতন্ত্র মজবুত হয় ও মনুষ্যর শক্তি ও আয়ু বৃদ্ধি হয়।

ভারতীয় জীবন যাত্রায় একাদশী ব্রত, জন্মাষ্টমী, রামনবমী, গৌরপূর্ণিমা, নৃসিংহ চর্তুদশী, নিত্যানন্দ ত্রয়োদশী, অদ্বৈত সপ্তমী, বলদেব পূর্ণিমা, মহাশিবরাত্রি, ইত্যাদি ব্রত উপবাসের বিশেষ মহত্ব দেওয়া হয়েছে। এদের আচরণ ধার্মিক দৃষ্টিকোণ থেকে করা হয় ও ব্রতোপবাসে শরীরও সুস্থ্ থাকে। 'উপ' অথার্ৎ পাস ও 'বাস' অথার্ৎ থাকা। উপবাসের আসল অর্থ ভগবানের নিকট থাকা। উপবাসের ব্যবহারিক অর্থ নিরাহার। নিরাহার থাকলে ভগবদ্ভজন ও হরিনাম জপের সুবিধা হয়। বৃত্তি অর্ন্তমুখী হতে থাকে। উপবাস পূন্যোদায়ক, আমদোষহারক, অগ্নিপ্রদীপক, স্ফূর্তিদায়ক ও ইন্দ্রিয় কে প্রসন্ন দায়ক মানা হয়। এই জন্য যথাসময়ে যথা বিধিতে একাদশী উপবাস করে নিত্য ধর্মের অভিবৃদ্ধি ও স্বাস্থ্য লাভ করা উচিৎ।

আহারং পচতি শিখী দোষাণ্আহার বর্জিতঃ।

অথার্ৎ পেটের অগ্নি আহার পাচন করে আর উপবাস দোষ পাচন করে। উপবাসে পাচন শক্তি বাড়ে। উপবাসের সময়ে শরীরে নতুন করে মলের সৃষ্টি হয় না ও জীবনীশক্তির পুরানো সঞ্চিত মল বাইরে বের করে দেওয়ার সুযোগ হয়। মল মূত্র বির্সজন সুষ্ঠরূপে হতে থাকে। শরীরে হাল্কা অনুভূতি হয় ও অতিনিদ্রা নাশ হয়।

একাদশী ও হরিবাসরের মহত্বের কারণে ভারতবর্ষের সনাতন ধর্মাবলম্বী প্রত্যেক শুদ্ধা** একাদশী, কৃষ্ণ জন্মাষ্টমী, বলদেব পূর্ণিমা, রামনবমী, গৌরপূর্ণিমা, নৃসিংহ চর্তুদশী, নিত্যানন্দ ত্রয়োদশী, অদ্বৈত সপ্তমী, মহাশিবরাত্রি, ইত্যাদি উৎসব উপলক্ষ্যে উপবাস করে, কারণ ঐ দিনগুলোতে প্রাণের উর্ধ্বগমন হয় ও জঠরাগ্নি মন্দ হয়। শরীর শোধনের জন্য একাদশী উপবাস অধিক মহত্বপূর্ণ।

এই অনভুব থেকে এটা সিদ্ধান্ত হয় যে একাদশী থেকে পূর্ণিমা ও একাদশী থেকে অমাবস্যা পর্যন্ত সময় রোগের উগ্রতার জন্য অধিক সহায়ক। কারণ সূর্য ও চন্দ্রের ভ্রমণের জন্য উক্ত তিথিতে সমুদ্রে জোয়াও ভাঁটা হয়। এই ক্রিয়ার কারণে আমাদের শরীরে রোগের বৃদ্ধি হয়, এই জন্যে একাদশীর দিন উপবাসের মহত্ব বেশী।

শারীরিক বিকারঃ অজীর্ণ, বমি, মন্দাগ্নী, শরীর ভারী লাগা, মাথা যন্ত্রণা, জ্বর, যকৃতের বিকার, হাপানি, মোটাপন, জোড়ের ব্যথা, সমস্ত শরীরে ফুলে যাওয়া, কাশি, পাতলা পায়খানা, পায়খানা না হওয়া, পেটে ব্যথা, মুখে ঘা, ত্বকের রোগ, মত্রু াশয়ের রোগ, পক্ষাঘাত ইত্যাদি ব্যধিতে

লাভদায়ক একাদশী উপবাস।

মানসিক বিকারঃ মনের উপরও উপবাসের অত্যন্ত প্রভাব পরে। উপবাসে চিত্তবৃত্তি স্থির হয়। মনুষ্য যখন নিজের চিত্তবৃত্তিকে নিয়ন্ত্রণ করে তখন ভৌতিক শরীরে থেকেও তার সুখ-দুঃখ, হর্ষ-বিষাদ হয় না। উপবাসে সাত্বিক** ভাব বাড়ে। রাজসিক ও তামসিক ভাব বিনাস (বিনাশ**) হতে থাকে, মনোবল ও আত্মবল বৃদ্ধি হয়, এই জন্য অতি নিদ্রা, দুঃখ, তন্দ্রা, উন্মাদ (মূর্খতা) অস্থিরতা, দমবন্ধ, অনুভব হওয়া, ভয়ভীত অথবা শোকাতুর হওয়া মনের দীনতা অপ্রসন্নতা, দুঃখ, ক্রোধ, শোক ইর্ষা ইত্যাদি মানসিক রোগে ঔষধ উপচারে সফল না হলে একাদশী উপবাসে বিশেষ লাভ হয়। কেবল এই নয়, নিয়মিত একাদশী উপবাসের দ্বারা মানসিক বিকারের উৎপত্তিকে নিয়ন্ত্রণ করা যায়।

উপবাসের পদ্ধতি

একাদশী উপবাসের দিন সম্পূর্ণ বিশ্রাম নিতে হয় ও দিন রাত হরে কৃষ্ণ মহামন্ত্র জপ করতে হয়। মৌন থেকে শুধু হরিনাম করলে খুবই ভালো। উপবাসের শুরুতে একটা দুটো একাদশী একটু কষ্ট হবে। তারপর মন ও শরীর একাদশী উপবাসের অভ্যস্ত হবে ও আনন্দ আসবে।

মুখ্যতঃ চারপ্রকার উপবাস প্রচলিত—**নিরাহার, ফলাহার, দুগ্ধাহার ও অনুকল্প**।

১. নিরাহার—নিরাহার একাদশী শ্রেষ্ঠবত। এটা দুই প্রকারের র্নিজল ও সজল। র্নিজল ব্রত জল ও পান করা যাবে না। সজল ব্রতে হাল্কা গরম জল ও গরমজলে লেবুর রস মিশ্রিত করে পান করতে পার। এতে পেটে গ্যাস হবে না। শরীরের কোন জায়গায় ব্যথা থাকে তাহলে লেবু সেবন করবেন না।

২. ফলাহার—এতে শুধু ফল ও ফলের রস নেওয়া হয়। উপবাসের জন্য আঙ্গুর, বেদানা ও পেপে হিতকারক কিন্তু আপেলের সংরক্ষিত পদ্ধতি খারাপ হওয়ার জন্য একাদশীতে খাওয়া উচিত নয়। গরমজলে লেবুর রস মিলিয়ে নিতে পারেন। লেবুর রস পাচনতন্ত্র শুদ্ধিতে সাহায্য করে।

৩. দুগ্ধাহার—এই শ্রেণীর উপবাসে দিনে একবার অথবা দুবার ক্রীম ছাড়া দুধ নেওয়া যেতে পারে। দেশী গরুর দুধ সর্বোত্তম আহার। মনুষ্যের স্বাস্থ্যও দীঘায়ু প্রদান করতে গোমাতার দুধের সমান কোন শ্রেষ্ঠ আহার নেই দেশী গরুর দুধ জীর্ণজ্বর, গ্রহণী, পান্ডুরোগ, যকৃতের রোগ, প্লীহার রোগ, দাহ, হৃদয়রোগ, রক্তপিত্ত ইত্যাদিতে গুনকারী।

৪. অনুকল্প—২৪ ঘন্টায় একবার লবণ, চিনি, তেল, ঘী ছাড়া সিদ্ধ আলু, শকরকন্দ, বাদাম ইত্যাদি নিতে পার। এছাড়া অন্য কোন পদার্থ সেবন

করা উচিৎ নয়। শুরু জল অথবা জলে লেবুর রস মিশিয়ে পান করতে পার।

দক্ষতা—যে সব লোকের সবসময় কফ, সর্দি, দমা, ফোলাভাব, হাঁটুব্যথা ও কম রক্তচাপ (Low Blood Pressure) এর সমস্যা আছে তাদেও লেবু সেবন করা উচিৎ নয়।

উপবাসের দ্বিতীয় দিন উপবাসের পরিসমাপ্তিতে মুগডালের সুপ খাওয়া উচিত। মুগও চালের খিচুড়ি ভগবানকে নিবেদন করে পাওয়া উচিত। এ খিচুড়ি প্রসাদ পাচনে সহায়তা করে।

শ্রী গোপাল ভট্ট গোস্বামী ও একাদশী শিক্ষা

শ্রী শ্রী রাধারমনে

শ্রী গোপাল ভট্ট গোস্বামী

গোপাল ভট্ট গোস্বামীর এক শুদ্ধ ভক্ত ছিল। সাধারণ লোক তার গতিবিধি বুঝতে পারত না যদি কেউ তার ব্যবহারকে সন্দেহ করে তাহলে তার পতন অবশ্যম্ভাবী।

গোপাল ভট্ট গোস্বামীর অনেক শিষ্য ছিল যেমন শ্রীনিবাস, আচার্য হরিবংশ ব্রজবাসী, বিদ্বান গোপীনাথ পূজারী, শম্ভুরাম ও গুজরাটের মকরন্দ।

গোপাল ভট্ট গোস্বামী শ্রী শ্রী রাধারমনের সেবার দ্বায়িত্ব গোপীনাথ পূজারীকে দিয়েছিলেন। গোপাল ভট্ট গোস্বামীর শিষ্য হরিবংশ তাঁর আদেশ পালন করেনি সেইজন্য গোপাল ভট্টগোস্বামী তাকে পরিত্যাগ করেন। তখন হরিবংশের সব সৌভাগ্যও ভালো গুন নষ্ট হয়ে গেল। তারপর এই হল -

হরিবংশ ব্রজবাসী একজন প্রসিদ্ধ বিদ্বান ছিল। তিনি সর্বদা নিষ্ঠার সহিত গুরুসেবা করতেন। গোপাল ভট্ট গোস্বামীও তার সহিত খুশিতে থাকতেন। কিন্তু র্দুভাগ্যক্রমে হরিবংশ গুরুর আদেশ পালন করলেন না।

একবার একাদশীর দিন পান চাবাতে চাবাতে গুরুর কাছে গেল। যখন গোপাল ভট্ট গোস্বামী পান সম্বন্ধে তাকে জিজ্ঞাসা করলেন তখন সে বলল শ্রীরাধার প্রসাদ।

গোপাল ভট্ট গোস্বামী বললেন, 'একাদশীর দিন কিছুই খাবে না। এমনকি ভগবান হরির মহাপ্রসাদও না।'

শাস্ত্র বলেঃ **প্রসাদান্নম সদা গ্রাহ্যং হরের একাদশী বিনা।**—'ভগবান হরির উচ্ছিষ্ঠ মহাপ্রসাদ অবশ্যই সেবন করা উচিত, শুধু একাদশীর দিন নয়।' পুনরায় এরকম করবে না। অন্যথা এ অপরাধ হবে। হরিবংশ তাকে দন্ডবত প্রণাম করে সেখান থেকে চলে গেল। র্দুভাগ্যবশত তার পান চাবানোর অভ্যেস হয়েছিল ও এ অভ্যেসকে ছাড়তে পারছিল না। পরের

একাদশীতে শ্রীমতী রাধারাণীকে নিবেদন করে তাম্বুল চাবাতে চাবাতে ঠোট লাল করে গুরুর সঙ্গে দেখা করতে গেল।

গোপাল ভট্ট গোস্বামী বললেন, "তুমি একজন শিক্ষিত ব্যক্তি। কেন এক অশিক্ষিত ব্যক্তির মত আচরণ করছ? একাদশী দিন পান চাবিয়ে সব প্রকার পাপ সংগ্রহ করছ। সুশিক্ষিত বিদ্বান হয়েও তুমি আমার আদেশ পালন করলে না। এই অপরাধের জন্য আমি তোমাকে ত্যাগ করলাম।" হরিবংশ অনু রাধ করল, "এ প্রসাদী পান আর আমি পান চাবানো ছাড়তে পারছি না। আমি আপনার আদেশ উলঙ্ঘন করে অপরাধ করেছি, কিন্তু রাধিকার উচ্ছিষ্ঠ পান উপেক্ষা করতে পারব না।" এই তর্ক শুনে গোপাল ভট্ট গোস্বামী রেগে গেলেন। এই দেখে হরিবংশ তাড়াতাড়ি সেখান থেকে চলে গেল। এইভাবে শ্রী শ্রী রাধারমন সেবা থেকে হরিবংশ বঞ্চিত হল।

পরে হরিবংশ নিজেই বৃন্দাবনে শ্রী শ্রী রাধাবল্লভ এর বিগ্রহ স্থাপন করল। তাঁর প্রথম পত্নীর থেকে বনচন্দ্র ও বৃন্দাবন চন্দ্র নামে দুই পুত্র ছিল ও দ্বিতীয় পত্নীর কৃষ্ণদাস ও সূর্যদাস নামে দুই পুত্র ছিল। অবশেষে হরিবংশ শ্রী শ্রী রাধাবল্লভের সেবা পুত্রদের সপে দিলেনও ঘর ছেড়ে বনে চলে গেলেন। নিয়তিকে বোঝা বড় মুশকিল। তার বনে প্রস্থানের কিছু সময় পরেই লুটেরা হরিবংশের উপর হামলা করল ও মাথা কেটে যমুনায় ভাসিয়ে দিল। কাটা মাথা নদীতে প্রবাহিত হয়ে ঐ স্থানে পৌঁছাল যেখানে গোপাল ভট্ট গোস্বামী স্নান করছিলেন। আশ্চর্যের কথা একটি কাটা মুন্ড "রাধা রাধা" জপ করছে। কিন্তু গোপাল ভট্ট গোস্বামী যখন জানতে পারলেন যে কাটা মাথা হরিবংশের তখন তার হৃদয়ে পীড়া অনুভব হয়। তিনি কাটা মাথাকে স্বাগত জানালেন।

কাটা মাথা ধীরে ধীরে গোপাল ভট্ট গোস্বামীর কাছে এল ও কাটামাথা তার চরণকমল স্পর্শ করল। মাথাটি বলল, "হে গুরুদের আপনি কি আমার অপরাধ ক্ষমা করেছেন।" গোপাল ভট্টগোস্বামী বললেন, "হাঁ আমি তোমাকে মাফ করে দিলাম।" তখন গোপাল ভট্টগোস্বামী কাটা মাথার উপর নিজের চরণকমল রাখলেন। শ্রী গুরুর চরণকমলে আশ্রয় প্রাপ্ত হওয়ার পর হরিবংশ মুক্তি পেল। গোপাল ভট্ট গোস্বামী কুটীরে এসে সবাইকে এই ঘটনার বর্ণনা করলেন।

একথা নিশ্চিতরূপে জান যে কৃষ্ণ এক অপরাধীকে তখনই দয়া করবেন যখন কোন বৈষ্ণবের অপরাধ করেও সেই বৈষ্ণব ক্ষমা করে দেয়। যতক্ষণ পর্যন্ত কেউ নিজের অপরাধের থেকে মুক্ত হয় না ততক্ষণ পর্যন্ত ভগবানের দয়া পাওয়ার কোন উপায় নেই। এ এক মহান ভক্তের জন্য সত্য। অপরাধীর কথা আর কি বলব এমনকি তার বাচ্চারাও অপরাধের প্রতিক্রিয়া থেকে বাঁচতে পারে না। ও এদের বৈষ্ণবরা সবসময়ই অস্বী কার করে।

সন্দর্ভঃ প্রেমবিলাস (দিব্য প্রেমলীলা) **রচয়িতাঃ** শ্রী নিত্যানন্দ দাস টচস্টোন পুস্তক সংস্থা দ্বারা প্রকাশিত। পৃষ্ঠাসংখ্যাঃ ১৮৯-১৯০।

শ্রীল ভক্তি গৌরব বৈখানস গোস্বামী মহারাজ

একাদশী ব্রতের ফল প্রদানে ব্রহ্মদৈত্যের মুক্তি

পরম পূজ্যপাদ ভক্তি গৌরব বৈখানস গোস্বামী মহারাজের জন্ম এক ব্রাহ্মণ পরিবারে হয়েছিল। তিনি শ্রী ভক্তি সিদ্ধান্ত সরস্বতী ঠাকুর প্রভুপাদের অন্যতম শিষ্যের মধ্যে একজন। শ্রীল প্রভুপাদের থেকে দীক্ষা প্রাপ্ত করার আগে তিনি একজন রাজগুরু ও রাজপন্ডিত ছিলেন। তিনি নিজের নির্জলা একাদশীর ফল প্রদান করে এক ব্রহ্মদৈত্যকে উদ্ধার করেছেন। শ্রীল ভক্তি বিজ্ঞান ভারতী গোস্বামী মহারাজজী এই লীলা তার শভু তিরোভাব তিথিতে ২৭ জানুয়ারী ২০১৭ তে বলেছেন।

রাজা তাকে অনেক জমি জায়গা উপহার দিয়েছেন। জমিতে উৎপন্ন ফসল বেচে পয়সা নিয়ে রাজপন্ডিত ফিরছিলেন। তখন শিলাবৃষ্টি শুরু হল। বৃ ষ্টি হচ্ছিল ঝড়ও চলছিল। রাজপন্ডিত ভাবতে লাগল যে কোথায় যাবেন। একটি গ্রামে গিয়ে তিনি জিজ্ঞাসা করলেন এখানে কোথাও থাকার জায়গা পাওয়া যাবে? রাজপন্ডিতের আবার পান খাওয়ার নেশা ছিল। একটি লোক যার পানের দোকান ছিল সে বলল পাশের ঘর খালি আছে সেখানে থাকতে পারে। ঐ ঘরটিতে ভুতপ্রেত থাকত। ব্রহ্মদৈত্য ঐ ঘরটি দখল করেছিল। কোন সকল মানুষ ব্রহ্মদৈত্য হয়? যদি উপনয়ণ সংস্কারের সময় পাঁচদিনের মধ্যে আগুনে পুড়ে অথবা এক্সিডেন্ট বা অন্য কোন অনৈর্সগিক কারণবশত যদি কোন মানুষ মরে তাহলে সে বক্ষ দৈত্য হয়। রাজপন্ডিত রাত্রি বারোটার সময় ঐ ঘমর পৌঁছলেন। তখন ব্রহ্মদৈত্যও সেখানে পৌছেঁ গেল। ওকে দেখে রাজপন্ডিত ভয় পেল না।

তিনি ঐ প্রেতকে জিজ্ঞাসা করলেন তুমি কে?

ও বলল আমি ব্রহ্মদৈত্য।

রাজপন্ডিত- এখানে কেন এসেছ?

ব্রহ্মদৈত্য- তোমাকে খেতে।

রাজপন্ডিত- আমাকে খাবে? ব্রহ্মহত্যার পাপের ভয় নেই?

ব্রহ্মদৈত্য- আমি বক্ষদৈত্য, পাপের ভয় কিসের?

রাজপন্ডিত- নিজের উদ্ধারের কথা কখনো ভেবেছ?

ব্রহ্মদৈত্য- আমার উদ্ধারের জন্য কে ভাববে? এ রকম কে মহান

ব্যক্তি আছে যে আমার উদ্ধারের জন্য ভাববে?

রাজপন্ডিত- তোর উদ্ধার কি করে হবে?

ব্রক্ষ্মদৈত্য- যদি কোন ব্যক্তি দশমীর দিন (সকালে একবার খাওয়া) একাহার, একাদশীর দিন নিরাহার (কিছু না খেয়ে) ও দ্বাদশীর দিন একাহার করে ও এই রকম একাদশীর ফল আমাকে সমর্পণ করে তাহলে আমার উদ্ধার হবে।

রাজপন্ডিত- আমি আমার একাদশীর ফল তোকে দেব।

রাজপন্ডিত এই রকমই একাদশী করত। তিনি হাতে জল নিয়ে আচমন করল ও সংকল্প করল যে আমি এক একাদশীর ফল এই প্রেতাত্মাকে সমর্পণ করলাম। যেমনই

সে এই কথা বলল সেই সময়ই এক ভয়ংকর ধ্বনি হল ও ব্রক্ষ্মদৈত্য উদ্ধার হয়ে চলে গেল তখন রাত্রি দুটো বাজে তারপর রাজপন্ডিত একটু বিশ্রাম করলেন।

গ্রামের লোকেদের আসা যাওয়া চলতে লাগল। তারা ভাবলো রাজগুরু এসেছে তাকে তো ঐ স্থানে থাকতে বলা হয়েছে যেখানে ব্রক্ষ্মদৈত্য কব্জা করেছে যদি তার

কিছু হয় তাহলে রাজা গ্রামবাসীদের মারবে সে কারোকে ছাড়ার পাত্র নয় তার চেয়ে ভালো রাজাকে খবর দিই।

আমরা জানি না যে ঐ ব্যক্তি রাজগুরু জানলে আমরা তাকে সম্মানের সহিত রাখতাম আমাদের জানা ছিল না যে পানের দোকানদার ওনাকে প্রেতাত্মার আতঙ্কিত ঘরে থাকতে দেবে। এই খবর রাজাকে তাড়াতাড়ি পাঠিয়ে দাও।

তখন কিছু বৃদ্ধ লোক বলল প্রথমে তো গিয়ে দেখ? যে সেখানে কি ঘটেছে। সবাই তখন ওখানে গিয়ে দরজা খটখট করল বার বার খট খট আওয়াজে রাজপন্ডিতের ঘুম ভেঙে গেল

রাজপন্ডিত- বলল কি হয়েছে?

গ্রামের লোক- আপনি কিছু দেখেন নি?

রাজপন্ডিত- কি দেখব?

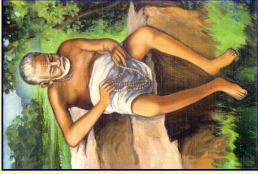
গ্রামের লোক- কিছুই দেখেন নি?

রাজপন্ডিত- সে ব্রক্ষ্মদৈত্য! উদ্ধার হয়ে চলে গেছে।

শ্রীমাধব-তিথি

[শ্রীএকাদশীর শাস্ত্রীয় এবং বৈজ্ঞানিক মাহাত্ম্য]

শ্রীভক্তি প্রজ্ঞান গৌড়ীয় বেদান্ত বিদ্যাপীঠ প্রকাশন

শ্রী চৈতন্য মহাপ্রভু,
শ্রী নিত্যানন্দ প্রভু,
শ্রী অদ্বৈত আচার্য,
শ্রী গদাধর পন্ডিত, শ্রীবাস

শ্রী জগন্নাথ দাস
বাবাজী মহারাজ

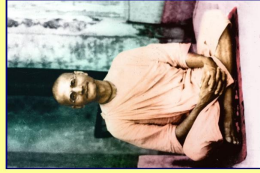
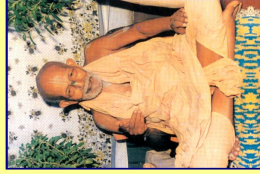
শ্রীল ভক্তিবিনোদ
ঠাকুর

শ্রীল গৌরকিশোরদাস
বাবাজী মহারাজ

শ্রীল ভক্তিসিদ্ধান্ত
সরস্বতী ঠাকুর
প্রভুপাদ

শ্রীশ্রীমদ্
ভক্তিরক্ষক শ্রীধর
গোস্বামী মহারাজ

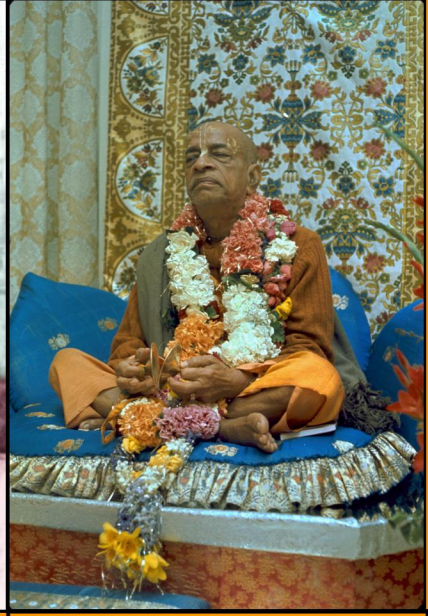
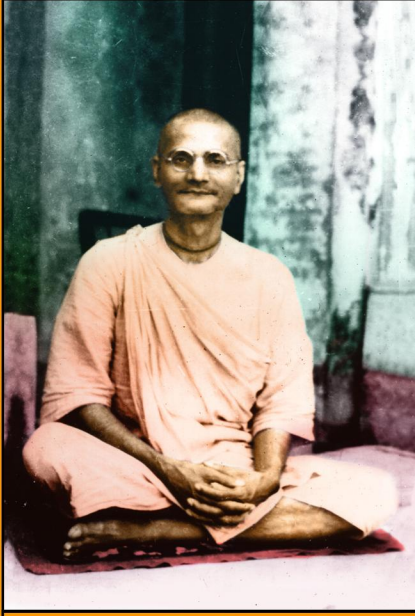
শ্রীশ্রীমদ্
ভক্তিপ্রজ্ঞান কেশব
গোস্বামী মহারাজ

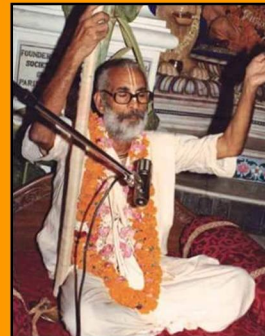
শ্রীশ্রীমদ্
ভক্তিপ্রমোদ পুরী
গোস্বামী মহারাজ

শ্রীশ্রীমদ্
ভক্তিবেদান্ত স্বামী
মহারাজ

শ্রীশ্রীমদ্
ভক্তিবেদান্ত বামন
গোস্বামী মহারাজ

শ্রীশ্রীমদ্
ভক্তিবেদান্ত নারায়ণ
গোস্বামী মহারাজ

শ্রীশ্রীমদ্
গৌরগোবিন্দ স্বামী

শ্রী ব্রাহ্ম–মাধ্ব–গৌড়ীয় বৈষ্ণব গুরু–পরম্পরা

আচার্য কেশরী শ্রীল ভক্তিপ্রজ্ঞান কেশব গোস্বামী মহারাজ। নিজে শ্রীল ভক্তিবেদান্ত স্বামী মহারাজকে সন্ন্যাস প্রদান করেছেন। শ্রী কুরেশ নিজে প্রাণ সংকটে ফেলে শ্রী রামানুজাচার্য এর জীবন রক্ষা করেছেন। তিনি নিজে নিজের প্রাণ বিপদে ফেলে একটি প্রাণহানি বিপদ থেকে নবদ্বীপ ধামে শ্রীল ভক্তিসিদ্ধান্ত সরস্বতী ঠাকুরকে রক্ষা করেছেন, নিজে ঠাকুর ভক্তিবিনোদ ইনস্টিটিউট রবিবারের বদলে একাদশী ও পঞ্চমীর দিন সাপ্তাহিক অবকাশ প্রদান করেছেন। এ কাদশী মাধব তিথি ও পঞ্চমী সরস্বতী দেবী ও শ্রীল ভক্তিসিদ্ধান্ত সরস্বতী প্রভুপাদের শুভ আর্বিভাব তিথি। তিনি প্রতিদিন তিনলাখ হরিনাম জপ করতেন। আপনি কৃপা করে সব ভক্তকে নাম প্রেম প্রদান করেন।

শ্রীল ভক্তিবেদান্ত স্বামী মহারাজ। আপনি পাশ্চাত্য দেশগুলোতে হরিনাম ও একাদশী মাহাত্য প্রচার করেছেন। আপনি তিরোভা-বের আগেই শ্রীল ভক্তিবেদান্ত নারায়ণ গোস্বামী মহারাজকে আপনার শিষ্যদের সাহায্য করতে অনুরোধ করেছেন। এই আদেশকে শিরোধার্য মেনে শ্রীল ভক্তিবেদান্ত নারায়ণ গোস্বামী মহারাজ গুরুদেব চল্লিশবার বিশ্ব প্রদক্ষিণা করার সময় শ্রী গৌরবানীর প্রচার করেছেন।

অন্য কোন তিথি একাদশীর থেকে শ্রেষ্ঠ নয়

শ্রীকৃষ্ণের কাছে একাদশী তিথি জন্মাষ্টমীর থেকেও শ্রেষ্ঠ। পরম করুণাময় পরমেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ স্বয়ং মাধব তিথি অর্থাৎ একাদশী রূপে মূর্তিমান হয়ে জগতে বিরাজিত হন। অনন্ত স্বরূপা বিষ্ণুমুখী শক্তি সমস্ত জীবদের জন্য সকলপ্রকার মঙ্গল বিধান করার উদ্দেশ্যে পরমশুভ একাদশী তিথি রূপে প্রকটিত। (যুগাচার্য শ্রীল ভক্তিবেদান্ত নারায়ণ গোস্বামী মহারাজ গুরুদেব)

বিরোধ হওয়াতে একাদশী উপবাসের ফল কোটিগুণ অধিক

যদি কোন ব্যক্তি অন্যের দ্বারা বিরোধ সহ্য করেও যদি একাদশী উপবাস করে আর যার একাদশী উপবাসে কোন বিরোধ হয় না তাদের উপবাস অপেক্ষা ঐসব ব্যক্তি অন্য ব্যক্তিকে একাদশী ব্রত করার প্রেরণা দিয়ে একাদশী ব্রত করতে প্রবৃত্ত করে তাহলে ঐ ব্যক্তির পিছনের কয়েক জন্মের পূর্ব পাপকর্ম ও আগামী জন্মের সম্ভব পাপকর্ম জ্বলে ছাই হয়ে যায়। একাদশীর প্রচার করার মত ব্যক্তির সমান কোন ব্যক্তি ভগবান শ্রীকৃষ্ণ ও শ্রীশিবজীর প্রেমাস্পদ হতে পারে না। একাদশীতে অন্ন ভোজন করা স্বমাতৃগমন, গোমাংস ভক্ষণ, সুরাপান ইত্যাদি পাপকার্য থেকেও অধিক নিন্দনীয়। (শ্রীমন্মধ্যাচার্য বিরচিত দিব্য গ্রন্থ শ্রী কৃষ্ণামৃতমহার্নব থেকে উদ্ধৃত)

শ্রী একাদশী ব্রতোপবাসে পরলোকগত পিতার আধ্যাত্মিক লাভ

মুম্বইতে এক সজ্জনের পিতার মৃত্যুর পর তার স্বপ্নে এসে প্রায়ই দর্শন দিত। তিনি দেখতেন যে তার পিতা দুঃখী। তিনি নোংরা ছেড়া বস্ত্র পরিধান করে আছেন। তিনি স্বপ্নে দেখা দিয়ে তাদের সাহায্য করার জন্য কাতর প্রার্থনা করতেন। ঐ সজ্জন শ্রীপাদ ভক্তিবেদান্ত দন্ডী মহারাজজীর প্রেরণায় একাদশী উপবাস রাখতে শুরু করল। যে নিজের এক একাদশীর ফল তার পিতাকে সমর্পণ করল। কিছু দিন বাদ তিনি আবার স্বপ্নে পিতাকে দর্শন করলেন। সে সময় সে দেখল যে পিতা অত্যন্ত প্রসন্ন আছেন। তার সাদা ধুতি, সাদা কুর্তা ও সাদা চাদর গায়ে ছিল ও কপালে গোপিচন্দনের উর্দ্ধপুন্ড তিলক রয়েছে। তার গলায় তুলসীর মালা ও হাতে তুলসীর জপের মালা। তিনি খুশী হয়ে নিজের সুপুত্রকে আর্শিবাদ প্রদান করে স্বয়ং একাদশীর কৃপায় সংগতি প্রাপ্ত হওয়ার শুভ সমাচার দিলেন।